



UNIUNEA EUROPEANĂ



crefop
Centrul de Resurse pentru Educație
și Formare Profesională



Instrumente Structurale
2014-2020

ACCELERAND DRUMUL SPRE ANGAJARE

Ghid pentru tinerii NEETs



NEETS
VIITOR SUSTENABIL PENTRU TINERII NEETs DIN REGIUNEA CENTRU
NEETS

INTRODUCERE

Bun venit în această broșură special concepută pentru tine! Este timpul să îți pui în valoare potențialul și să descoperi oportunitățile de angajare care îți vor transforma viitorul. Angajabilitatea este cuvântul cheie aici - aceasta reprezintă capacitatea ta de a te integra pe piața muncii și de a-ți găsi un loc de muncă care să îți ofere satisfacție și stabilitate.

Poate că până acum ai simțit că nu ai avut o direcție clară sau că ți-a fost dificil să găsești oportunități în carieră. Ei bine, această broșură este aici pentru a te ghida prin labirintul angajabilității și pentru a-ți oferi informații valoroase și sfaturi practice care te vor ajuta să îți atingi obiectivele.

Angajabilitatea nu înseamnă doar să ai abilitățile necesare pentru a ocupa un anumit loc de muncă. Este o combinație de cunoștințe, abilități, atitudine și aptitudini care te fac atractiv pentru angajatori. Dar nu-ți face griji! Nu ești singur în această călătorie. Vei descoperi că ai multe resurse și sprijin disponibile pentru a te ajuta să crești și să te dezvolti.

În această broșură, vei găsi informații utile despre cum să-ți identifice interesele și abilitățile, cum să-ți dezvolti abilitățile cheie și cum să obții experiența de lucru necesară. Vei afla cum să-ți creezi un CV atrăgător, cum să te pregătești pentru interviuri și cum să navighezi în căutarea de locuri de muncă.

Fiecare pas pe care îl faci în direcția angajabilității te apropie mai mult de succesul profesional și de o viață independentă. Este important să crezi în tine și să știi că ești capabil să-ți atingi scopurile. Nu uita că ești un tânăr talentat și plin de potențial, iar această broșură îți va oferi instrumentele și sfaturile necesare pentru a-ți face calea spre succesul profesional.

Ești pregătit să explorezi lumea angajabilității și să descoperi oportunitățile care te așteaptă? Hai să începem această călătorie împreună!



PRINCIPALELE PROVOCARI CU CARE SE CONFRUNTA NEETS IN GASIREA UNUI LOC DE MUNCA

Tinerii NEETs se confruntă cu unele provocări specifice atunci când încearcă să-și găsească un loc de muncă. Înțelegerea acestor provocări este esențială pentru a putea aborda eficient dificultățile și pentru a-ți maximiza șansele de succes. Iată câteva dintre cele mai comune provocări:

1. Lipsa experienței de lucru: Unul dintre cele mai frecvente obstacole întâlnite de tinerii NEETs este lipsa experienței profesionale relevante. Mulți angajatori caută candidați cu experiență, ceea ce face dificilă intrarea pe piața muncii pentru cei care nu au avut încă oportunitatea de a lucra într-un domeniu specific.

2. Lipsa abilităților și cunoștințelor necesare: O altă provocare este legată de lipsa abilităților și cunoștințelor necesare pentru anumite locuri de muncă. Pregătirea educațională poate fi insuficientă sau poate nu corespunde cerințelor angajatorilor, ceea ce poate crea dificultăți în obținerea unui loc de muncă.

3. Bariere lingvistice și culturale: Tinerii NEETs care provin din medii lingvistice sau culturale diferite pot întâmpina dificultăți în găsirea unui loc de muncă. Cunoașterea limitată a limbii de lucru sau a culturii de afaceri locale poate reprezenta o barieră în procesul de angajare.

4. Motivație și încredere scăzută: Pentru mulți tineri NEETs, lipsa de succes în găsirea unui loc de muncă poate duce la scăderea motivației și a încrederii în propriile abilități. Această lipsă de încredere poate afecta negativ prestația în interviuri și poate inhiba perseverența în căutarea de locuri de muncă.

5. Acces limitat la informații și resurse: Tinerii NEETs pot întâmpina dificultăți în a avea acces la informații și resurse relevante pentru găsirea unui loc de muncă. Lipsa de cunoștințe despre procesul de angajare, despre modul de pregătire a unui CV sau despre utilizarea eficientă a platformelor de căutare a locurilor de muncă poate reprezenta un dezavantaj în competiția pentru locurile de muncă.

Înțelegerea acestor provocări și abordarea lor cu determinare poate contribui semnificativ la creșterea șanselor tale de a găsi un loc de muncă potrivit. În continuarea acestei broșuri, vei găsi sfaturi și informații utile care te vor ajuta să depășești aceste provocări și să-ți îmbunătățești angajabilitatea. Indiferent de obstacolele pe care le întâmpini, am încredere că poți găsi drumul spre succesul profesional!

IDENTIFICAREA ABILITATILOR SI AUTOCUNOASTERE

Un pas crucial în procesul de găsire a unui loc de muncă este autocunoașterea și identificarea abilităților personale. Înțelegerea intereselor, valorilor și aptitudinilor tale te poate ajuta să îți găsești un drum profesional care să se potrivească personalității tale și să îți ofere satisfacție pe termen lung. Iată cum poți explora această latură a ta:

Descoperă-ți interesele

Începe prin a reflecta asupra lucrurilor care te pasionează și care te motivează. Ce activități îți aduc bucurie și te fac să te simți în largul tău? Identificarea intereselor tale te poate ajuta să îți găsești un domeniu de activitate care să fie potrivit pentru tine.

Evaluează-ți aptitudinile și abilitățile:

Fă o listă cu abilitățile și aptitudinile tale. Gândește-te la ceea ce faci bine și care sunt punctele tale forte. Acestea pot include abilități tehnice, abilități de comunicare, abilități creative sau aptitudini de leadership. Identificarea abilităților tale te va ajuta să le evidențiezi în procesul de angajare și să te diferențiezi de ceilalți candidați.

Explorează-ți valorile:

Gândește-te la valorile tale și la ceea ce este important pentru tine într-un mediu de lucru. Sunt importantă echilibrul între viața personală și cea profesională? Ai o valoare puternică în privința impactului pozitiv asupra comunității? Înțelegerea valorilor tale te poate ajuta să identifici organizațiile și rolurile care se aliniază cu acestea.

Experimentează și explorează:

Nu te teme să încerci diferite activități și să explorezi diverse domenii. Prin încercare și eroare, poți descoperi noi abilități și interese care să te îndrume către un loc de muncă potrivit pentru tine. Fii deschis la noi oportunități și asumă-ți riscuri în procesul de descoperire a propriei tale identități profesionale.

Prin autocunoaștere și identificarea abilităților, vei putea să-ți construiești o imagine mai clară despre ceea ce îți dorești într-un loc de muncă și cum să te pregătești pentru acesta. Nu subestima importanța acestei etape, deoarece aceasta te va ajuta să îți găsești un loc de muncă care să fie în concordanță cu personalitatea și pasiunile tale.

CREȘTEREA ANGAJABILITĂȚII

Creșterea angajabilității este un proces continuu și necesar pentru a-ți spori șansele de a găsi un loc de muncă potrivit. Este important să îți dezvolti abilitățile și să te pregătești în mod activ pentru oportunitățile de angajare. Iată câteva sfaturi pentru a-ți crește angajabilitatea:

01 Educație și formare:

Investește în educația și formarea ta continuă. Învăță și dezvoltă-te în domeniul care te interesează. Poți urma cursuri online, participa la seminarii, obține certificări relevante sau înscrie-te în programe de învățare pe tot parcursul vieții. Astfel, vei dobândi noi cunoștințe și abilități care te vor face mai atractiv pentru angajatori.

02 Experiență de lucru:

Caută oportunități de a obține experiență practică în domeniul în care dorești să lucrezi. Poți face stagii, voluntariat sau proiecte freelance pentru a-ți construi un portofoliu și pentru a dobândi abilități relevante. Această experiență te va distinge de alți candidați și îți va oferi încredere în propriile tale capacități.

03 Abilități cheie:

Identifică și dezvoltă abilitățile cheie care sunt valorizate pe piața muncii. Acestea pot include abilități de comunicare, abilități de lucru în echipă, gândire critică, rezolvarea problemelor și adaptabilitatea la schimbare. Fii conștient de abilitățile tale și lucrează în mod activ pentru a le îmbunătăți.

04 Networking:

Construiește-ți o rețea de contacte profesionale. Participă la evenimente de networking, folosește platforme online precum LinkedIn și implică-te în comunitatea ta profesională. Cunoașterea și conectarea cu profesioniști din domeniul tău de interes îți poate aduce oportunități de angajare și îți poate oferi resurse valoroase.

CREȘTEREA ANGAJABILITĂȚII

05

Dezvoltarea abilităților de căutare a locurilor de muncă

Învăță să utilizezi instrumente și platforme de căutare a locurilor de muncă, să pregătești un CV și o scrisoare de intenție atrăgătoare și să te pregătești pentru interviuri. Dezvoltarea acestor abilități te va ajuta să te prezinti în mod eficient în fața angajatorilor și să te evidențiezi în procesul de angajare.



06

Adaptabilitate și învățare continuă:

Caută oportunități de a obține experiență practică în domeniul în care dorești să lucrezi. Poți face stagii, voluntariat sau proiecte freelance pentru a-ți construi un portofoliu și pentru a dobândi abilități relevante. Această experiență te va distinge de alți candidați și îți va oferi încredere în propriile tale capacități.



Amintește-ți că creșterea angajabilității este un proces continuu. Investește în propria ta dezvoltare și fii deschis la noi oportunități și experiențe. Cu determinare și perseverență, vei avea mai multe șanse de a găsi un loc de muncă care să se potrivească intereselor și abilităților tale. În continuarea acestei broșuri, vom explora mai departe aspecte importante pentru găsirea unui loc de muncă, cum ar fi construirea unui CV, pregătirea pentru interviuri și gestionarea cu succes a căutării de locuri de muncă.

PREGĂTIREA PENTRU PROCESUL DE ANGAJARE

În acest capitol, vom explora cum să-ți creezi un CV atrăgător și o scrisoare de intenție eficientă, precum și sfaturi pentru pregătirea interviurilor și gestionarea stresului în timpul procesului de angajare.

Crearea unui CV eficient este un pas crucial în căutarea unui loc de muncă. Un CV bine structurat și atrăgător poate face diferența în procesul de selecție. Este important să îți personalizezi CV-ul în funcție de poziția dorită și să evidențiezi abilitățile și experiența relevantă. Folosește un format clar și concis, împărțind informațiile în secțiuni relevante, precum educație, experiență de lucru și abilități. Nu uita să subliniezi realizările și responsabilitățile cheie, folosind un limbaj direct și verbe de acțiune. În plus, asigură-te că CV-ul tău este fără erori gramaticale sau de ortografie și este ușor de citit. Un CV bine creat va atrage atenția angajatorului și îți va spori șansele de a fi invitat la un interviu.

Crearea unui CV atrăgător:

Structură și format: Asigură-te că CV-ul tău este bine structurat și ușor de citit. Folosește o formatare coerentă și un design simplu. Include secțiuni precum informații de contact, obiectiv profesional, experiență de lucru, educație, abilități și activități extracurriculare.

Evidențiază realizările: Subliniază realizările și responsabilitățile relevante din experiența ta anterioară. Folosește verbe de acțiune și furnizează exemple specifice pentru a demonstra abilitățile tale.

Personalizare: Adaptează CV-ul pentru fiecare loc de muncă la care aplici. Accentuează abilitățile și experiența relevantă pentru poziția respectivă și subliniază cum poți aduce valoare organizației respective.

PREGĂTIREA PENTRU PROCESUL DE ANGAJARE

Scrierea unei scrisori de intenție este o oportunitate de a te prezenta în fața angajatorului și de a evidenția motivația ta pentru poziția respectivă. Este important să personalizezi scrisoarea de intenție în funcție de companie și să evidențiezi abilitățile și experiența ta relevante. În scrisoarea de intenție, poți descrie succint de ce ești interesat de poziție, cum te potrivești cu valorile și obiectivele companiei și ce aduci în plus în echipa lor. Asigură-te că scrisoarea este clară, concisă și convingătoare, evidențiind punctele tale forte și arătându-ți entuziasmul și angajamentul față de oportunitatea respectivă.

Scrierea unei scrisori de intenție:

Personalizare: Scrisoarea de intenție trebuie să fie personalizată pentru fiecare loc de muncă la care aplici. Menționează numele companiei și motivează de ce ești interesat de acea poziție.

Prezentarea valorii adăugate: Subliniază ce poți aduce în plus companiei și cum îți poți folosi abilitățile și experiența pentru a contribui la succesul acesteia.

Succint și convingător: Menține scrisoarea de intenție la o pagină și păstrează-o concisă și convingătoare. Folosește un limbaj clar și direct, evidențiind punctele cheie legate de aptitudinile și interesele tale.



PREGĂTIREA PENTRU PROCESUL DE ANGAJARE

Pregătirea pentru interviuri este un pas crucial în procesul de căutare a unui loc de muncă. În această etapă, este important să te familiarizezi cu întrebările frecvente de interviu și să îți pregătești răspunsurile în avans. De asemenea, ar trebui să cercetezi compania și poziția pentru care aplici, pentru a putea evidenția în interviu cum te potrivești cu valorile și cerințele lor. Practica interviurilor simulate cu prietenii sau membrii familiei poate fi utilă pentru a te simți mai încrezător și a-ți perfecționa abilitățile de comunicare și exprimare. Nu uita să te pregătești și în privința aspectului fizic și a atitudinii pozitive. Cu pregătire adecvată și încredere în sine, vei putea aborda interviurile cu mai multă siguranță și vei crește șansele de a obține locul de muncă dorit.

Pregătirea pentru interviuri:

Cercetare: Documentează-te despre companie și poziția pentru care aplici. Fii pregătit să răspunzi la întrebări legate de organizație și să evidențiezi cum poți aduce contribuții valoroase.

Pregătește răspunsuri relevante: Anticipează întrebările frecvente de interviu și pregătește-ți răspunsurile în avans. Fii pregătit să evidențiezi abilitățile tale, experiența relevantă și motivele pentru care ești potrivit pentru poziția respectivă.

Exerciții de interviu: Exersează interviurile înainte cu un prieten sau o persoană de încredere. Practicarea răspunsurilor și a comunicării tale te va ajuta să te simți mai încrezător în timpul interviului real.



PREGĂTIREA PENTRU PROCESUL DE ANGAJARE

Gestionarea stresului în timpul procesului de angajare este crucială pentru a-ți menține concentrarea și încrederea. Prin adoptarea unor tehnici de relaxare, cum ar fi exercițiile de respirație sau meditația, poți reduce anxietatea și poți rămâne calm și echilibrat în fața provocărilor interviurilor sau a deciziilor de angajare.

Gestionarea stresului în timpul procesului de angajare:

Pregătirea mentală: Fă exerciții de relaxare și tehnici de respirație pentru a-ți calma mintea înainte de interviu. Visualizează succesul și fii încrezător în abilitățile tale.

Învăță să gestionezi stresul: Adoptă tehnici de gestionare a stresului, cum ar fi exercițiile fizice, meditația, yoga sau activități recreative. Asigură-te că ai o rutină echilibrată și acordă-ți timp pentru relaxare și distracție.

Înțelege că nu totul depinde de tine: Înțelege că procesul de angajare poate fi influențat de mai mulți factori și nu totul este în controlul tău. Concentrează-te pe ceea ce poți controla și asigură-te că faci tot ce este posibil pentru a te pregăti și a te prezenta în cea mai bună lumină.

Prin pregătirea adecvată a CV-ului și scrisorii de intenție, pregătirea pentru interviuri și gestionarea stresului, vei fi bine pregătit să abordezi procesul de angajare. Fii încrezător în abilitățile tale și amintește-ți că fiecare experiență este o oportunitate de învățare și creștere în drumul tău spre găsirea unui loc de muncă potrivit.



CAUTAREA SI APLICAREA PENTRU LOCURI DE MUNCA

În acest capitol, ne vom concentra pe sfaturi practice pentru căutarea de locuri de muncă și utilizarea resurselor online disponibile, precum și pe cum să completezi o cerere de angajare eficientă.

Sfaturi pentru căutarea de locuri de muncă și utilizarea resurselor online:

- **Definește obiectivele:** Începe prin a-ți stabili obiectivele și direcția în căutarea ta de locuri de muncă. Gândește-te la domeniile și pozițiile care te interesează și care se potrivesc abilităților tale.
- **Extinde-ți rețeaua:** Folosește rețelele sociale și platformele profesionale pentru a-ți extinde rețeaua de contacte. Participă la evenimente de networking și fii activ în comunitățile online relevante.
- **Explorează resursele online:** Utilizează site-uri de căutare a locurilor de muncă, precum LinkedIn, Indeed sau Glassdoor, pentru a găsi anunțuri de joburi potrivite. Urmează companiile de interes și fii la curent cu noile posturi vacante.
- **Profilul online:** Asigură-te că profilul tău online este actualizat și profesional. Creează sau actualizează profilul LinkedIn și asigură-te că reflectă corect experiența, abilitățile și interesele tale.

Cum să completezi o cerere de angajare eficientă:

- **Citirea cu atenție:** Citește cu atenție cererea de angajare și asigură-te că înțelegi toate informațiile și cerințele. Respectă formatul și instrucțiunile furnizate.
- **Evidențiază abilitățile relevante:** Subliniază abilitățile și experiența ta relevante în cererea de angajare. Folosește exemple specifice și furnizează informații clare și concise.
- **Fiți sincer și precis:** Fii sincer în furnizarea informațiilor și evită exagerările. Completează cererea de angajare cu date precise și verificate.
- **Verificare și revizuire:** Revizuieste cererea de angajare pentru a te asigura că nu ai omis nicio informație importantă și că nu există erori gramaticale sau de ortografie.

Prin aplicarea acestor sfaturi, vei putea să te concentrezi și să navighezi cu succes în căutarea de locuri de muncă. Utilizarea resurselor online și completarea eficientă a cererii de angajare te vor ajuta să te diferențiezi și să atragi atenția angajatorilor potențiali. Continuă să fii perseverent și proactiv în căutarea ta și fii deschis la oportunități noi și provocări care pot apărea pe parcurs

POVESTI DE SUCCES

În acest capitol, vom explora exemple inspiraționale de tineri NEETs care și-au găsit un loc de muncă, precum și povești de succes ale acestora și lecțiile învățate în procesul lor de căutare a angajării pentru procesul de angajare

Ana, o tânără NEET pasionată de gastronomie, și-a găsit un loc de muncă într-un restaurant de renume. Ea și-a dezvoltat abilitățile culinare prin participarea la cursuri și stagiaturi în bucătării profesionale. Lecția învățată din povestea ei este că perseverența, dorința de învățare și practica sunt cheile succesului în domeniul gastronomic.

Povestea lui Ana



Alex, un tânăr NEET interesat de design interior, a obținut un loc de muncă într-o companie de design. El și-a expus abilitățile și creativitatea prin proiecte personale și participarea la competiții de design. Povestea lui Alex subliniază importanța pasiunii și a inițiativei personale în construirea unei cariere în domeniul designului interior.

Ioana, o tânără NEET fără experiență în domeniul vânzărilor, a reușit să obțină un loc de muncă într-un magazin de modă. Ea și-a dezvoltat abilitățile de comunicare și negociere prin participarea la workshop-uri și prin învățarea de la profesioniști în domeniu. Lecția învățată din povestea ei este că încrederea în sine și dorința de a învăța pot deschide uși în domeniul vânzărilor.

Povestea lui Ioana



CONCLUZII ȘI ÎNCURAJĂRI

Dragi tineri NEETs,

Ajungem la finalul acestei broșuri, iar acum vrem să vă transmitem un mesaj puternic de încurajare și inspirație. Sperăm că informațiile și sfaturile prezentate în paginile anterioare v-au ajutat să înțelegeți importanța angajabilității și să aveți mai multă încredere în abilitățile voastre în căutarea unui loc de muncă.

Nu este ușor să fii un tânăr NEET și să te confrunți cu provocările de a găsi un loc de muncă, dar vrem să vă asigurăm că aveți tot potențialul și resursele necesare pentru a reuși. În ciuda obstacolelor, vrem să vă amintim că sunteți unici și aveți talente și abilități valoroase de oferit lumii profesionale.

Încheiem cu câteva îndrumări finale pentru voi:

1. Rămâneți motivați: Găsirea unui loc de muncă poate fi un proces dificil și poate apărea frustrarea sau descurajarea. Însă nu renunțați! Păstrați-vă motivația și amintiți-vă de obiectivele voastre. Fiecare efort depus vă apropie mai mult de succes.
2. Dezvoltați-vă continuu: Învățarea și dezvoltarea continuă sunt cheile în căutarea unui loc de muncă. Căutați oportunități de a dobândi noi abilități și de a vă îmbunătăți cunoștințele. Cursuri online, stagii, proiecte personale - toate acestea pot face diferența în procesul de angajare.
3. Extindeți-vă rețeaua: Construiți relații profesionale și conectați-vă cu oameni din domeniul în care vă interesează să lucrați. Participați la evenimente de networking, urmăriți comunități online și căutați mentori care să vă îndrume și să vă ofere sfaturi prețioase.
4. Mențineți o atitudine pozitivă: Este normal să întâmpinați provocări și respingeri în căutarea unui loc de muncă. Încercați să vă mențineți o atitudine pozitivă și să vedeți fiecare experiență ca o oportunitate de învățare și creștere. Fii perseverent și încrede-te în capacitatea ta de a reuși.

Vă încurajăm să mergeți înainte cu determinare și să nu renunțați la visul vostru de a avea un loc de muncă care să vă împlinească. Încrederea în propriile abilități, dedicarea și angajamentul vă vor deschide uși în lumea profesională.

Suntem alături de voi în această călătorie și suntem mândri de voi pentru curajul și eforturile pe care le depuneți. Aveți tot ceea ce trebuie pentru a vă realiza potențialul și a vă găsi un loc de muncă care să vă aducă satisfacție și succes.

Să mergeți înainte cu încredere și să vă construiți un viitor strălucit!

NOTIȚE / PLANUL PERSONAL:

Secțiunea goală pentru notițe este un spațiu valoros în broșura ta, unde poți să-ți notezi gândurile, ideile și planurile legate de propria carieră. Acesta este un moment excelent pentru a reflecta asupra abilităților, intereselor și obiectivelor personale, și pentru a-ți crea un plan de acțiune pentru a-ți atinge obiectivele de carieră. Poți folosi această secțiune pentru a nota idei de locuri de muncă care te atrag, abilități pe care dorești să le dezvolti sau chiar pentru a-ți crea un mini-calendar cu termene-limită pentru aplicări, cursuri sau alte activități legate de carieră. Prin notarea și urmărirea acestor informații, vei avea o imagine mai clară și mai organizată a planului tău de acțiune și vei fi mai pregătit să îți atingi obiectivele de carieră.

DATE DE CONTACT



+ 40 31 4326570



office@crefop.ro



www.crefop.ro



Splaiul Unirii, nr.4, bl. B3, tronson II, etaj 7, ap.
19, sector 4 040031 Bucuresti





UNIUNEA EUROPEANĂ



crefop
Centrul de Resurse pentru Educație
și Formare Profesională



Instrumente Structurale
2014-2020

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin
Programul Operațional Capital Uman 2014 2020

[Editorul materialului]
Social Knowledge Training & Consulting SRL

[Data publicării] Mai 2023

Conținutul acestui Material nu reprezintă în mod
obligatoriu poziția oficială a Uniunii Europene sau a
Guvernului României

