# Stage professionali per i laureati delle scuole universitarie

Alla fine degli studi universitari, l'accesso al mondo del lavoro si svolge diversamente in base all'indirizzo di studio e all'esperienza professionale di ciascuno. Per numerosi laureati, l'accesso ad un posto fisso è preceduto da un periodo di stage, di pratica professionale oppure di volontariato. Questa scheda tematica presenta alcune tra le principali possibilità. In particolare descrive in modo dettagliato la complessa organizzazione dei «trainee programs», ma fornisce anche informazioni su altri modi per fare esperienza e muovere i primi passi nel mondo del lavoro.

## Contenuto

1 Trainee programs: i primi passi nel mondo del lavoro ..... 2
1.1 Tipi di programma ..... 2
1.2 Fornitori ..... 2
1.3 Contenuto dei programmi ..... 3
1.4 Destinatari ..... 3
1.5 Condizioni d'ammissione ..... 3
1.6 Candidatura ..... 3
1.7 Durata ..... 4
1.8 Salario ..... 4
1.9 Utilità ..... 4
1.10 Come scegliere il programma adatto ..... 5
2 Altri stage professionali ..... 5
2.1 Struttura ..... 5
2.2 Fornitori ..... 5
2.3 Utilità ..... 6
3 Volontariato ..... 6
4 Link utili ..... 6
4.1 Informazioni generali ..... 6
4.2 Siti per la ricerca d'impiego a livello universitario ..... 7
4.3 Offerte di stage ..... 7


© 2023 SDBB | CSFO – orientamento.ch

# 1 Trainee programs: i primi passi nel mondo del lavoro

I trainee programs (anche chiamati training programs, career start programs o graduate talent programs) sono programmi di formazione molto strutturati, generalmente proposti da grandi aziende. Sono considerati come la via maestra per accedere a settori professionali quali la finanza, le assicurazioni, il commercio o l'industria. Richiedono un grosso impegno personale da parte dei «trainees» (stagisti) e sono strettamente legati a precisi obiettivi d'apprendimento.

## 1.1 Tipi di programma

Nell'ambito dei **programmi generici**, gli stagisti iniziano a conoscere le diverse attività dell'azienda facendo in giro dei reparti. Questo tipo di programma è ideale per le persone appena laureate che non sanno ancora esattamente che tipo di posto o funzione desiderano occupare in futuro. Nei **programmi specializzati**, invece, l'attività della persona è definita sin dal principio in base alle sue preferenze e alle sue aspirazioni professionali. Questi programmi non sempre possiedono un formato standard: possono anche essere adeguati alla persona che vi partecipa. Le aziende di medie dimensioni tendono a proporre più formazioni specializzate rispetto alle grandi aziende.

Oltre ai programmi con sede in Svizzera, diverse multinazionali propongono **programmi internazionali** che prevedono anche periodi di lavoro presso le succursali estere. Il processo di reclutamento in genere si svolge in inglese ed è aperto a persone provenienti da tutto il mondo. Viceversa, anche le laureate e i laureati svizzeri possono candidarsi presso filiali estere.

## 1.2 Fornitori

È possibile trovare trainee programs nell'ambito della finanza o del commercio, ma anche in altri settori quali la costruzione, la tecnica, le ditte farmaceutiche, ecc. Questi programmi sono generalmente proposti da grosse società, ma sempre di più anche da aziende di medie dimensioni.
Esempi di aziende suddivise in base al settore professionale:

- **Finanza**: Credit Suisse, UBS, Raiffeisen, Swiss Life, ecc.
- **Assicurazioni**: La Mobiliare, Axa, Zurigo Assicurazioni, Basilese, Generali, Helvetia, Valiant, Suva, ecc.
- **Industria**: Roche, Novartis, Unilever, Nestlé, ABB, Philips, Siemens, Bosch, ecc.
- **Commercio al dettaglio**: Migros, Coop, Lidl, Ikea, ecc.
- **Logistica, mobilità, telecomunicazioni**: La Posta, FFS, Swisscom, Google, ecc.

Occasionalmente, anche le grandi imprese edili, logistiche o informatiche cercano giovani talenti tramite Trainee Programs. Le società di consulenza aziendale (come Deloitte, Ernst & Young) offrono anche programmi specializzati per l'avvio della carriera nei settori della revisione contabile o della fiscalità, con la possibilità di un diploma EPS come esperto/a contabile o esperto fiscale. Le aziende per la selezione del personale (ad es. Adecco, One Agency), invece, possono aiutare le persone interessate offrendo loro una formazione interna per entrare nel mondo delle risorse umane come reclutatore/trice o consulente.

Una panoramica completa delle possibili aziende rivela quanto ampia sia la scelta nell'opuscolo "Career Starter", con informazioni sul tipo di azienda, sulle aree di competenza, sulle figure professionali più ricercate e sulle possibilità per neolaureati, ecc. Le attuali offerte sono pubblicizzate anche su portali come www.semestra.ch/trainee, talendo.ch/de/jobs/search o www.traineeprogramme.ch.

Informazioni sui settori d'impiego, la durata, i requisiti e le procedure di ammissione sono disponibili sui siti web delle aziende, solitamente nelle rubriche «Carriera», «Opportunità lavorative», «Lavora con noi», «Posti vacanti», «Jobs» e simili. Talvolta i programmi sono chiamati con altri nomi, ad esempio «Programmi di inserimento», «Junior Managers Programs», «Career Start Programs», ecc.


© 2023 SDBB | CSFO – orientamento.ch

## 1.3 Contenuto dei programmi

La parte pratica di questi programmi (formazione «on the job») è molto importante e rappresenta circa l'80% dell'offerta formativa, che spesso è completata da corsi teorici (formazione «off the job»).

Un trainee program è generalmente composto dai seguenti punti: prime responsabilità nell'ambito di piccoli progetti (gestione di progetti), formazioni specifiche (management di progetti, soft skills, sviluppo personale), possibilità di svolgere formazioni interne ed esterne all'azienda (che talvolta portano al conseguimento di un certificato), affiancamento di un mentore, eventuali soggiorni all'estero o stage d'osservazione presso società partner.

## 1.4 Destinatari

I trainee programs sono destinati in modo specifico ai neolaureati che hanno ancora poca esperienza pratica (eccetto qualche stage o lavoro estivo) e che cercano di inserirsi nel mondo del lavoro. I candidati più ricercati per questi programmi sono i laureati nei seguenti indirizzi di studio: scienze economiche, diritto, scienze naturali, scienze tecniche, ingegneria, matematica e informatica. Tuttavia alcuni posti sono proposti anche ai laureati in medicina e farmacia o in scienze umane e sociali.
Il tipo di diploma richiesto può variare. Benché sia indispensabile avere ottenuto buoni risultati durante gli studi, i responsabili del personale possono tenere conto anche di altri elementi, come la motivazione e il comportamento durante il processo di candidatura.

## 1.5 Condizioni d'ammissione

- Possedere un titolo di bachelor o di master di un'università, un politecnico o una scuola universitaria professionale (nella maggior parte dei casi sono richieste ottime note scolastiche, percepite come indicatore di motivazione e impegno).
- Essersi laureati da poco, al massimo da 1 o 2 anni.
- Di norma, non avere più di 30 anni (questo può variare a seconda dell'azienda).
- Avere svolto un'esperienza professionale nel settore durante gli studi (ad es. stage, lavoro estivo, lavoro part-time).
- Oltre all'italiano, padroneggiare anche altre lingue (tedesco, inglese, francese o spagnolo a seconda delle aree d'attività dell'azienda).
- Dar prova di capacità relazionali, flessibilità, autonomia, motivazione e spirito d'iniziativa, ma anche di qualità indispensabili nel settore al quale si mira (saper trattare con i clienti, avere un aspetto curato, ecc.).

I responsabili del personale considerano le candidature nella loro globalità: oltre a possedere un titolo di laurea, per aggiudicarsi un posto di trainee può essere d'aiuto anche avere terminato gli studi nel minor tempo previsto, avere maturato esperienze al di fuori degli studi (ad esempio all'estero), avere svolto lavori di volontariato o avere studiato una disciplina poco comune all'università (ad esempio il cinese).

## 1.6 Candidatura

Le offerte di trainee programs sono pubblicate sui portali online per la ricerca d'impiego, sui siti Internet delle aziende e talvolta su quelli dei centri di carriera delle scuole universitarie. Alcune aziende partecipano a forum per la carriera (ad es. Career Days). È inoltre possibile inviare una candidatura spontanea.


© 2023 SDBB | CSFO – orientamento.ch

Il processo di selezione varia da un'azienda all'altra, ma è sempre molto rigoroso e comporta vari passaggi. Nella maggior parte dei casi la candidatura deve essere inviata online, tramite il sito dell'azienda o LinkedIn. Le persone che superano la prima selezione sono convocate per un incontro oppure per un colloquio telefonico o in videoconferenza. Il processo prevede sempre più spesso degli «assessments» online o dal vivo (una procedura di valutazione sotto forma di test ed esercizi della durata di diverse ore, durante la quale i candidati devono ad esempio elaborare dei progetti e presentarli). I test di personalità e attitudinali costituiscono altri strumenti di selezione frequenti.

I posti di trainee sono molto ambiti. Per distinguersi dagli altri, i candidati devono dar prova di iniziativa ed essere in grado di spiegare quali benefici potrebbero portare al datore di lavoro, mostrarsi pronti ad imparare e aderire alla filosofia dell'azienda.

Nel libro Dagli studi al mondo del lavoro, ordinabile su www.shop.csfo.ch o consultabile presso gli uffici d'orientamento del Cantone Ticino, si trovano numerosi consigli su come cercare un posto di stage e preparare al meglio la propria candidatura.

## 1.7 Durata

Un trainee program può durare 12, 18 o 24 mesi, in certi casi anche pochi mesi o un paio d'anni. Generalmente la data di inizio di questi programmi è fissa (una o due volte all'anno): si consiglia perciò di informarsi il prima possibile sui termini di iscrizione consultando i siti Internet delle aziende.

## 1.8 Salario

Nella maggior parte dei casi gli stagisti hanno un contratto di lavoro a durata determinata e percepiscono un salario leggermente inferiore a quello dei laureati al loro primo impiego. A questo proposito, si veda la pagina www.orientamento.ch/impiego-laureati, che riporta le statistiche sulla situazione lavorativa dei laureati delle scuole universitarie in base all'indirizzo di studio e fornisce informazioni sul salario percepito dai giovani professionisti.

## 1.9 Utilità

Oltre ad acquisire esperienza professionale e a sviluppare le proprie competenze, gli stagisti hanno l'occasione di farsi un'idea del funzionamento di un'azienda e dei suoi settori di attività. Possono inoltre identificare meglio i propri interessi e punti forti, allacciare contatti e, di conseguenza, crearsi una rete di conoscenze, in alcuni settori anche a livello internazionale. Può anche succedere che l'azienda offra un posto fisso a chi mostra particolare impegno: non è raro che i laureati rimangano a lavorare e facciano carriera nell'azienda in cui hanno seguito un trainee program.

Per le aziende, questi programmi rappresentano un'occasione per attirare giovani talenti, valutare le loro competenze ed eventualmente assumerli dopo la fine del programma per garantire il ricambio generazionale tra i quadri dirigenti. Inoltre, offrire dei trainee programs consente alle aziende di essere considerate un datore di lavoro attrattivo sul mercato accademico (con conseguente valorizzazione dell'immagine del marchio).


© 2023 SDBB | CSFO – orientamento.ch

### 1.10 Come scegliere il programma adatto

Prima di optare per un determinato trainee program è bene chiarire alcuni punti:

- Quali sono i reparti dell'azienda e con quali di questi sarò in contatto?
- Avrò la possibilità di esprimere le mie preferenze?
- Qual è la durata del programma?
- Sono previsti soggiorni all'estero?
- Da chi e come sarò formato/a? Riceverò dei feedback regolari?
- Quali formazioni interne sono proposte?
- Esiste un contratto di formazione o di lavoro?
- Quali sono gli sbocchi possibili dopo la fine del programma?

## 2 Altri stage professionali

### 2.1 Struttura

Oltre ai trainee programs esistono numerose offerte di stage destinati alle persone laureate che intendono acquisire esperienza professionale. La durata di questi stage spazia da qualche mese a un anno. Spesso i candidati devono aver ottenuto il titolo di bachelor o di master non più di 12 mesi prima e non devono avere più di 30 anni (in alcuni casi 35). In genere, questi stage professionali non offrono una visione d'insieme dell'azienda perché gli stagisti lavorano in un settore ben preciso fin dal primo giorno. Essi solitamente sono seguiti da un o una responsabile di stage, che assegna loro determinati compiti da eseguire e definisce gli obiettivi da raggiungere. Durante il periodo d'impiego, gli stagisti affiancano uno o più dipendenti nello svolgimento delle loro attività abituali oppure collaborano a progetti specifici.

### 2.2 Fornitori

Il settore pubblico offre numerose possibilità di stage. La Confederazione, ad esempio, mette a disposizione posti di lavoro presso i suoi dipartimenti e uffici in diversi settori: economia, diritto, informatica, comunicazione, marketing, scienze sociali, scienze umane, ingegneria, geografia, sport, ecc. Il Dipartimento federale degli affari esteri (DFAE) offre posti di stage in Svizzera e presso le sue rappresentanze all'estero. Anche i Cantoni e i grossi Comuni assumono regolarmente stagisti.

Anche le aziende private offrono la possibilità di effettuare degli stage, in particolare nell'ambito della comunicazione, del marketing, della finanza, delle risorse umane, dell'informatica, dell'ingegneria, della cultura, ecc. Talvolta, avere effettuato uno stage è indispensabile per accedere a una professione: gli aspiranti giornalisti ad esempio devono lavorare come stagisti in una redazione per almeno due anni, durante i quali seguono anche i corsi di giornalismo. Le offerte di stage sono generalmente pubblicate sui portali online per la ricerca d'impiego (generali o specializzati) come pure sui siti delle aziende; è inoltre possibile inviare candidature spontanee.
Il programma Piaget – Primo impiego della Fondazione che permette di svolgere uno stage in un'altra regione linguistica svizzera. I laureati che desiderano acquisire esperienza all'estero possono approfittare dei programmi di assistenza linguistica della Fondazione svizzera per la promozione degli scambi e della mobilità Movetia, come pure degli accordi per lo scambio di stagisti tra la Svizzera e diversi altri paesi. Inoltre, numerose istituzioni europee offrono posti di stage concepiti appositamente per i neolaureati. Molte informazioni al riguardo sono disponibile sul portale Eurodesk.


© 2023 SDBB | CSFO – orientamento.ch

## 2.3 Utilità

Per i laureati delle scuole universitarie, uno stage rappresenta un'occasione per muovere i primi passi in un determinato settore professionale, di acquisire esperienza pratica, di definire i propri punti forti e punti deboli e di crearsi una rete di contatti. Uno stage in un'altra regione della Svizzera o all'estero può essere anche un'occasione per migliorare le proprie conoscenze linguistiche.
Il salario degli stagisti può variare secondo il settore d'attività o il datore di lavoro. Uno stage generalmente non porta direttamente a un posto di lavoro fisso. Si raccomanda di cercare prima di tutto uno stage qualificante, di informarsi riguardo alla retribuzione e di verificare se gli stagisti saranno seguiti da vicino. Alla fine dello stage, l'azienda redige un attestato in cui sono elencate le principali mansioni svolte e le responsabilità assunte dallo o dalla stagista. Questo documento sarà da allegare ai dossier di candidatura.

# 3 Volontariato

Il volontariato, che preveda o meno un rimborso spese, può essere un altro modo di acquisire esperienza pratica nel settore a cui si è interessati, ad esempio la cooperazione internazionale, la cultura, l'organizzazione di eventi o il settore audiovisivo. Si consiglia di cercare di svolgere attività che abbiano un legame diretto con il proprio obiettivo professionale.
Il Servizio volontario europeo permette ad esempio a giovani adulti di svolgere, individualmente o in gruppo, un periodo di volontariato in Svizzera o all'estero (che può variare da due settimane a dodici mesi) presso un'organizzazione non a scopo di lucro. Sono proposti diversi settori d'attività: cultura, sociale, salute, lavoro comunitario, animazione giovanile, ambiente, ecc.

# 4 Link utili

## 4.1 Informazioni generali

www.orientamento.ch > Lavoro e occupazione > Accedere al mondo del lavoro > Esperienze lavorative, stage, volontariato
Informazioni su lavori durante le vacanze, stage, esperienze di volontariato in Svizzera o all'estero.

www.orientamento.ch > Lavoro e occupazione > Accedere al mondo del lavoro > Studi universitari, e poi? > Entrare nel mondo del lavoro
Informazioni per l'inserimento professionale dei laureati delle scuole universitarie.

www.ti.ch/orientamento > Pubblicazioni > Professioni e formazioni > "Lingue, volontariato, esperienze lavorative, scambi"
Catalogo con una sintetica presentazione di occasioni per svolgere corsi di lingue, soggiorni, volontariato, scambi ecc. realizzato dal Servizio documentazione dell'Ufficio dell'orientamento scolastico e professionale del Cantone Ticino.


© 2023 SDBB | CSFO – orientamento.ch

## 4.2 Siti per la ricerca d'impiego a livello universitario

www.careerservice.usi.ch
Servizio carriere dell'USI.

www.supsi.ch/ceo
Servizio integrato carriera, esperienza e orientamento della SUPSI.

www.orientamento.ch > Lavoro e occupazione > Studi universitari, e poi? > Entrare nel monde del lavoro > Career Center
Lista dei Career service delle università e dei politecnici svizzeri.

www.orientamento.ch > Lavoro e occupazione > Ricerca d'impiego > Il mercato del lavoro
Informazioni generali per la ricerca d'impiego e siti Internet (utili anche per un primo impiego o uno stage).

## 4.3 Offerte di stage

**Trainee programs**

traineeprogramme.ch (in tedesco)
Offerte di trainee programs in Svizzera.

**Stage in Svizzera**

www.stages-emplois.ch (in francese)

www.cinfo.ch/it/jobs
Posti di lavoro e stage nell'ambito della cooperazione internazionale.

stagepool.focal.ch
Borsa degli stage della Fondazione di formazione continua per il cinema e l'audiovisivo (in francese).

**Stage presso l'amministrazione federale**

stelle.admin.ch > Carriera > Studenti e neodiplomati universitari
Offerte di stage presso la Confederazione (durante o dopo gli studi).

dfae.admin.ch > Il DFAE > Il DFAE quale datore di lavoro > Studenti
Stage accademici presso il Dipartimento federale degli affari esteri (in Svizzera o all'estero).

**Stage in un'altra regione linguistica in Svizzera o all'estero**

www.eurodesk.ch
Portale per la promozione della mobilità per i giovani. Oltre 1000 esperti in 34 paesi informano e consigliano i giovani che vogliono fare un'esperienza di stage, volontariato, lavoro o formazione all'estero.

www.fondazionech.ch > Programmi & Progetti > Primo impiego
Stage professionali in un'altra regione linguistica della Svizzera per giovani disoccupati o neodiplomati. Questi stage durano al massimo 6 mesi e includono un corso di lingua un giorno alla settimana.


© 2023 SDBB | CSFO – orientamento.ch

www.movetia.ch > Programmi > Programma di assistenza linguistica > Assistenza linguistica all'estero
Fondazione svizzera per la promozione degli scambi e della mobilità Movetia per studenti, neodiplomati o docenti svizzeri con poca esperienza professionale. Chi è di madrelingua italiana può candidarsi per un posto in Austria o in Francia. Attualmente viene valutata anche l'idea di assistentati linguistici anche in Irlanda.

www.movetia.ch > Programmi > Gioventù in azione > Servizio volontario europeo
Servizio volontario europeo coordinato dalla Fondazione svizzera per la promozione degli scambi e della mobilità Movetia.

www.sem.admin.ch > Entrata & soggiorno > Soggiorno all'estero > Programmi per tirocinanti
Programma per lo scambio di stagisti tra la Svizzera e diversi Paesi (Argentina, Australia, Canada, Cile, Filippine, Giappone, Monaco, Nuova Zelanda, Russia, Sudafrica, Tunisia, USA).

www.iagora.com
Piattaforma che aiuta studenti e neolaureati a trovare il primo impiego o uno stage all'estero, soprattutto in Europa.

iaeste.org
Organizzazione che procura posti di stage all'estero agli studenti delle facoltà tecniche e scientifiche.

europa.eu/youth > Lavoro > Lavoro e formazione
Stage presso diverse istituzioni europee sul Portale Europeo per i Giovani.

erasmusintern.org
Offerte di stage in Europa.


© 2023 SDBB | CSFO – orientamento.ch