Entrare nel mondo del lavoro dopo gli studi universitari

La fine degli studi universitari si avvicina e non sapete cosa fare in seguito? Queste pagine vi forniranno informazioni e consigli per la ricerca di un impiego: come individuare il proprio campo d'attività, come cercare un posto di lavoro e come preparare un dossier di candidatura.
Alla fine di questo documento troverete anche riferimenti bibliografici e link utili.

Per numerosi laureati delle scuole universitarie, l'ottenimento di un diploma universitario segna l'inizio della ricerca di un impiego: per i titolari di un diploma in scienze umane e sociali oppure in scienze naturali può durare un po' di più rispetto a chi ha ottenuto una laurea che dà accesso a una professione ben precisa o a un determinato campo di attività (p. es. diritto, medicina, ingegneria).

Contenuto

1 Dove lavorano i laureati delle scuole universitarie? 2
2 Entrare nel mondo del lavoro dopo gli studi 2
2.1 Bilancio 2
2.2 Ricerca d'impiego 3
2.3 Candidatura 4
3 Stage e trainee program 5
4 Disoccupazione e formazioni post-diploma 6
5 Riferimenti e link 6
5.1 Opuscoli 6
5.2 Link 6

© 2023 SDBB | CSFO – orientamento.ch

1 Dove lavorano i laureati delle scuole universitarie?

Ogni due anni, presso i nuovi laureati delle scuole universitarie svizzere viene effettuata un'inchiesta sul passaggio dagli studi alla vita professionale. Le domande che sono loro poste sono le seguenti: come e dove avete trovato il vostro primo impiego? Che tipo di attività svolgete attualmente? Quanto guadagnate? Ecc. L'analisi dei dati permette di definire, per ogni disciplina di studio, quali sono i settori d'attività e le professioni più frequenti.

Il quaderno «**Premier emploi après les études» / «Die este Stelle nach dem Studium»** (vedi il paragrafo «Riferimenti e link») e la pagina "Settori d'attività dei laureati" (www.orientamento.ch/impiego-laureati) presentano la situazione dei nuovi laureati delle scuole universitarie svizzere (Uni/Poli, SUP, ASP) nel mercato del lavoro. Sempre sul sito svizzero dell'orientamento si trova inoltre una lista di sbocchi professionali per ambito di studio e per settore d'attività (www.orientamento.ch/sbocchi).

2 Entrare nel mondo del lavoro dopo gli studi

Ogni giorno vengono pubblicate numerose offerte d'impiego, ma non tutti i posti vacanti vengono annunciati dalla stampa o su Internet. Esistono diverse strategie per cercare un impiego: rispondere a un annuncio, inviare una candidatura spontanea o far capo alla propria rete di contatti.
Inviare una candidatura spontanea è del tutto appropriato quando ci sono poche offerte che corrispondono alle proprie qualifiche, quando non si intende seguire un percorso classico o quando si vuole accedere a un posto ben preciso. Questa opzione spesso riguarda le persone che hanno seguito indirizzi di studio che non portano a un settore professionale in particolare.

La via che porta al primo impiego include tre tappe: bilancio, ricerca d'impiego e candidatura. Per maggiori informazioni e consigli su questo argomento consultate le pagine su **www.orientamento.ch > Lavoro e occupazione > Accedere al mondo del lavoro > Studi universitari, e poi?**

2.1 Bilancio

Quali sono le mie aspirazioni? Che competenze posso far valere? Queste sono le domande fondamentali da porsi prima di iniziare a cercare un impiego. Molte scuole universitarie, attraverso il loro centri di carriera («Career center»), offrono appoggio agli studenti in questa fase di bilancio e durante il processo di candidatura. Per saperne di più, consultate i siti Internet delle scuole in questione.

Se desiderate ricevere un sostegno personalizzato, potete rivolgervi all'ufficio d'orientamento, dove troverete anche documenti utili da consultare gratuitamente.

Le domande da porsi

Chi sono? Quali sono le mie caratteristiche personali e i miei principali punti di forza?

Che cosa so fare? Quali sono le mie conoscenze, le mie competenze metodologiche, le mie esperienze professionali (stage o altro)?

Che tipo di compiti posso assumere? Cosa non so fare ancora bene, ma potrei sviluppare e migliorare? Cosa desidero imparare? In che ambiti o situazioni ho già avuto successo?

© 2023 SDBB | CSFO – orientamento.ch

Quali sono i miei interessi e le mie fonti di motivazione? In che direzione vanno i miei gusti, le mie preferenze? Quali sono i miei valori? Preferisco lavorare a contatto con la gente, dirigere un team o sviluppare progetti?

Quanto valgo? Quali sono le mie aspirazioni e i miei obiettivi professionali? Come mi vedo in un futuro prossimo? Non preoccupatevi se i vostri obiettivi a lungo termine non sono ancora ben definiti. Considerate il vostro primo impiego come un'occasione per mettere in pratica le vostre conoscenze e acquisire esperienza.

Da non dimenticare: trovare il lavoro dei propri sogni al primo colpo è raro. Una carriera si costruisce poco a poco ed è normale fare diversi tentativi o dover superare vari ostacoli!

2.2 Ricerca d'impiego

Non limitatevi a consultare le offerte d'impiego sui giornali o sugli appositi portali online, visitate anche i siti Internet delle aziende e delle associazioni professionali. Le offerte di lavoro nell'amministrazione pubblica o in settori quali la cooperazione internazionale sono spesso pubblicati su siti specifici. Potete anche inviare la vostra candidatura spontanea alle aziende per le quali vi piacerebbe lavorare. E non sottovalutate la vostra rete di contatti: vale la pena far sapere in giro che state cercando un impiego.

Il miglior modo di procedere è combinare diversi approcci:

- **Portali online per la ricerca d'impiego**. I servizi d'orientamento cantonali o universitari mettono solitamente a disposizione gratuitamente gli elenchi delle piattaforme d'impiego. Alcune di esse offrono la possibilità di creare il proprio profilo di candidatura. Vedi anche la scheda di questa collana "Portali online per la ricerca d'impiego" su www.csfo.ch/inbreve.

- **Quotidiani** e **riviste specializzate** (del proprio settore d'interesse o di settori affini).

- **Rete di contatti.** Amici, conoscenti o conoscenti di conoscenti possono rivelarsi importanti intermediari fornendovi i contatti che vi servono o segnalandovi un posto vacante. Dite loro che siete alla ricerca di un impiego, spiegando bene che cosa vi piacerebbe fare. Certe scuole universitarie propongono anche programmi di mentoring che consistono nel farsi consigliare da ex studenti che hanno iniziato con successo la loro carriera professionale. Anche le fiere delle professioni e i forum per l'occupazione vi permetteranno di entrare in contatto con i datori di lavoro del settore che vi interessa.

- **Social network.** Al giorno d'oggi non è raro trovare un impiego tramite social network come www.linkedin.com o www.xing.com (quest'ultimo usato soprattutto nella Svizzera tedesca). Fate in modo che i vostri profili siano sempre aggiornati.

- **Candidature spontanee**. Potete inviare spontaneamente una lettera di motivazione e il vostro curriculum vitae all'azienda che vi interessa. Potete anche telefonare per chiedere se ci sono posti vacanti e se potete inviare il vostro dossier di candidatura. Preparate la telefonata come se si trattasse di un colloquio di presentazione! In ogni caso è molto importante che vi informiate bene sull'azienda presso la quale desiderate candidarvi. Dovete anche avere un'idea chiara della funzione che intendete assumere e sapere esattamente che cosa avete da offrire all'azienda.

© 2023 SDBB | CSFO – orientamento.ch

- **Ricerca mirata di aziende.** Potete cercare le aziende di un determinato settore online, con una ricerca generale o consultando elenchi specializzati. Alcune grosse società possiedono piattaforme per i posti di lavoro molto sviluppate, che offrono ad esempio la possibilità di ricevere notifiche ad ogni nuova pubblicazione. Consultate anche i siti delle associazioni professionali o le borse del lavoro specializzate (banche, architettura, tecnica, sociosanitario, media, cooperazione internazionale, ramo alberghiero, diritto, ecc.).

- **Forum studenteschi.** Questi forum per la ricerca d'impiego e il reclutamento, per esempio la Notte Bianca delle carriere (www.lnoc.ch) o gli eventi Career dell'USI (www.usi.ch/career) mettono gli studenti e i neolaureati delle scuole universitarie in contatto con le aziende.

- **Agenzie di collocamento o uffici di reclutamento.** Rivolgetevi ad agenzie di collocamento o a uffici di collocamento del vostro settore o specializzati nell'impiego dei laureati delle scuole universitarie. Presentatevi con le idee chiare e un buon dossier di candidatura.

- **Lavorare all'estero.** Informatevi sui passi da compiere presso il Dipartimento federale degli affari esteri (www.swissemigration.ch) e consultate i portali d'impiego internazionali, come ad esempio ec.europa.eu/eures/.

2.3 Candidatura

Affinché la vostra candidatura dia una buona immagine di voi, è necessario che la prepariate con la dovuta cura. Il dossier di candidatura deve contenere almeno il curriculum vitae e una lettera di motivazione. Deve inoltre essere sempre adattato al destinatario e alle norme in uso nel settore professionale dell'azienda in questione.

Candidatura per posta o online?

In generale, nell'offerta d'impiego figura anche la modalità di candidatura richiesta (per posta o online). In caso contrario non esitate a contattare l'azienda per chiedere in che forma desiderano ricevere la candidatura. Oggigiorno la candidatura online è molto frequente e numerose aziende preferiscono ricevere le candidature per e-mail o tramite un formulario elettronico sul loro sito. Alcune ditte offrono inoltre la possibilità di candidarsi tramite smartphone. Per quanto riguarda la documentazione da allegare, utilizzate il formato PDF. L'e-mail che invierete all'azienda dovrà contenere un breve riassunto della vostra lettera di motivazione. Esistono altri modi, meno convenzionali, di candidarsi online, ad esempio tramite il proprio sito Internet, un blog o un video.

Non è necessario che il vostro profilo corrisponda del tutto alle esigenze del potenziale datore di lavoro: se possedete almeno il 60% dei requisiti indicati nell'annuncio potete osare candidarvi. Qui di seguito vi presentiamo brevemente qualche punto importante per la vostra candidatura:

- **Analizzate le necessità del potenziale datore di lavoro e dell'azienda.**
  Prima di preparare il vostro dossier, raccogliete informazioni per capire bene che cosa sta cercando l'azienda. Consultate il suo sito Internet e contattate la persona responsabile delle assunzioni. Oltre a menzionare quello che sapete fare, dite quali benefici potreste portare all'azienda.

- **Inviate un dossier di candidatura completo.**
  Un dossier di candidatura completo contiene una lettera di motivazione, un curriculum vitae, le copie di tutti i certificati di lavoro, una copia dei titoli di studio e una copia di tutti gli altri attestati importanti (p.es diplomi di lingua). Se volete potete aggiungere una foto, ma di solito non è obbligatorio. Le referenze vanno fornite in un secondo momento, durante o dopo il colloquio di presentazione. Per le candidature all'estero possono essere applicati altri criteri.

© 2023 SDBB | CSFO – orientamento.ch

- **Mettete in evidenza ciò che vi distingue dagli altri.**
  Per esempio competenze particolari, la vostra esperienza professionale, la padronanza delle lingue, i risultati ottenuti durante gli studi, ecc.
- **Adeguate la candidatura al posto di lavoro.**
  Le informazioni più importanti devono essere messe bene in evidenza (per essere lette per prime). Quando ci si candida per un posto creativo, il dossier deve essere personalizzato e mostrare la vostra originalità. L'importante è che la vostra candidatura si adeguata al settore professionale e alla professione in questione. Evitate di utilizzare la stessa lettera per tutte le candidature.

- **Il dossier deve essere redatto nella lingua del datore di lavoro o in quella dell'annuncio.**

- **Curate la forma.**
  Sia che inviate la vostra candidatura per posta o che lo facciate online, prestate attenzione all'ortografia e alla costruzione delle frasi. Anche nelle candidature online un tono troppo informale è fuori luogo! Prima dell'invio rileggete tutti i documenti o fateli rileggere a qualcuno, ad esempio a un orientatore o un'orientatrice.

Prepararsi bene al colloquio di presentazione

Il vostro dossier di candidatura deve far venir voglia di incontrarvi di persona durante un colloquio. Questa seconda fase di selezione permette all'azienda di conoscere meglio i candidati selezionati. Per voi è l'occasione di ottenere maggiori informazioni sul posto in concorso e comunicare cose che non avete potuto inserire nel dossier. Questo incontro è da preparare con cura: l'impressione che lascerete sarà determinante. Esistono vari documenti e siti Internet con informazioni sullo svolgimento del colloquio di presentazione, dove troverete anche consigli sull'abbigliamento e sul comportamento da tenere.

3 Stage e trainee program

L'entrata nella vita professionale può avvenire con l'ottenimento di un posto fisso, ma nella maggior parte dei casi i neolaureati svolgono prima uno stage.

Stage. Numerosi stage sono destinati a studenti che vogliono acquisire esperienza professionale. Alcuni di questi sono annunciati insieme alle altre offerte d'impiego, altri invece sono il risultato di candidature spontanee. Gli stage hanno una durata variabile e non sempre sono remunerati. Spesso per accedervi occorre essere in possesso almeno di un titolo di bachelor, oppure essere in procinto di ottenerlo. Questi stage sono accessibili anche ai titolari di un master e possono trasformarsi in un impiego fisso.

Cercate prima di tutto uno stage qualificante e assicuratevi di essere seguiti in modo adeguato. Di regola, sarete introdotti al settore d'attività e acquisirete molta esperienza. Uno stage in un'altra regione della Svizzera o all'estero possono essere una buona occasione per migliorare le proprie conoscenze linguistiche.

Trainee program (programmi di formazione e lavoro). Questi stage sono organizzati come veri e propri programmi di formazione e d'introduzione alla professione. Sono proposti in primo luogo da grandi aziende (banche, assicurazioni, industria alimentare, salute, tecnica, energia, ecc.) e servono a reclutare e a formare i futuri quadri. La selezione è molto rigorosa. Un trainee program dura in media 18 mesi e

© 2023 SDBB | CSFO – orientamento.ch

consiste nello svolgimento della pratica professionale in diversi reparti dell'azienda parallelamente a corsi di formazione interni. La maggior parte di questi programmi è destinata ai laureati in economia, ingegneria, matematica, scienze naturali o diritto, ma in certi casi anche a laureati in altre discipline.

4 Disoccupazione e formazioni post-diploma

Cosa fare se la ricerca d'impiego non porta ad alcun risultato? Iscrivetevi alla disoccupazione presso l'Ufficio regionale di collocamento (URC). Potrete così prendere parte ai programmi di qualifica degli URC che permettono di acquisire competenze chiave utili per ottenere un posto fisso.

L'esperienza conta più delle formazioni post-diploma. Nel momento del passaggio dagli studi alla vita lavorativa, ciò che generalmente pone problema è la mancanza di esperienza pratica. Non è acquisendo ancora più conoscenze teoriche che si potrà compensare questa mancanza! È perciò opportuno valutare bene l'utilità di un'eventuale formazione post-diploma o dottorato dopo gli studi.

5 Riferimenti e link

5.1 Opuscoli

«Premier emploi après les études» / «Erste Stelle nach dem Studium». La situazione dei neolaureati delle scuole universitarie svizzere sul mercato del lavoro. CSFO Edizioni, 2015, Berna.
Può essere ordinato su www.shop.csfo.ch.

Informazioni disponibili anche su orientamento.ch alla pagina **www.orientamento.ch > Lavoro e occupazione > Occupazione > Mondo del lavoro > Settori d'attività dei laureati**

5.2 Link

Accedere al mondo del lavoro dopo gli studi:
orientamento.ch > Lavoro e occupazione > Accedere al mondo del lavoro > Studi universitari, e poi?

Panoramica delle possibilità d'inserimento professionale: **orientamento.ch > Professioni > Sbocchi dopo gli studi > Sbocchi per ambito di studio**

Lista dei Career service delle università e dei politecnici svizzeri: **orientamento.ch > Lavoro e occupazione > Accedere al mondo del lavoro > Studi universitari, e poi? > Entrare nel mondo del lavoro > Career center**

Annuari delle aziende
swissfirms.ch
kompass.ch
europages.com (Europa)

Alcuni portali e borse del lavoro:
job-room.ch (a cura della Segreteria di stato dell'economia SECO)
tio.ch/annunci/tuttojob
carriera.ch

© 2023 SDBB | CSFO – orientamento.ch

www.e-lavoro.ch
Borse del lavoro specializzate:
publicjobs.ch (settore pubblico, sito in D e F)
www.ti.ch/concorsi (concorsi per la nomina o l'incarico di funzionari presso l'Amministrazione del Cantone Ticino)
cinfo.ch (cooperazione internazionale)
myscience.ch/jobs (scienza, ricerca, ingegneria)

Uffici di collocamento:
www.avg-seco.admin.ch (elenco degli uffici privati di collocamento autorizzati)

Trovare impiego all'estero:
orientamento.ch > Lavoro e occupazione > All'estero > Lavorare all'estero
swissemigration.ch > Vivere all'estero > Emigrare > Lavorare all'estero
ec.europa.eu/eures (offerte d'impiego in Europa, possibilità di inviare il curriculum vitae)
ec.europa.eu/euraxess (impieghi nell'ambito della ricerca)

Consigli per il dossier di candidatura e per il colloquio di presentazione:
orientamento.ch > lavoro.swiss.ch > Persone in cerca d'impiego > Consigli per la candidatura
Lavoro e occupazione > Ricerca di impiego
europass.cedefop.europa.eu (creare un CV Europass)

Ricerca di stage:
traineeprogramme.ch (D)
stages-emplois.ch (F)
(associazione studenti e neolaureati, E) https://aiesec.org/

Programmi di qualifica per neolaureati:
orientamento.ch > Lavoro e occupazione > Accedere al mondo del lavoro > Studi universitari, e poi? > Programmi di qualifica

© 2023 SDBB | CSFO – orientamento.ch