



3 *APPROFONDIMENTI*



INDICE

3.1.	Progettare il proprio stage	pag. 106
3.2.	Il piano di ricerca	pag. 135
3.3	Le risorse di Internet sul tema dello stage	pag. 137
3.4.	Lettera di candidatura	pag. 155
3.5.	Curriculum vitae	pag. 156
3.6.	Curriculum vitae europeo	pag. 160
3.7.	Colloquio di definizione dello stage	pag. 162
3.8.	Mappa del contesto aziendale e diario dello stage	pag. 163
3.9.	EUROPASS - FORMAZIONE	pag. 164
3.10.	La valutazione dell'apprendimento	pag. 165
3.11.	Lo stage di Paola. Lo specchio interculturale	pag. 167

Il percorso che ti proponiamo ha l'obiettivo di aiutarti ad individuare la tua "azienda bersaglio" e comincia con una riflessione su te stesso e sul tuo bagaglio professionale.

Il percorso si articola in tre parti:

PARTE - A - **La mia storia formativa e professionale** - Ti permette uno sguardo d'insieme sulle principali tappe formative e lavorative della tua storia.

PARTE - B - **Il portafoglio delle mie risorse personali e professionali e il mio progetto di scelta** - È un percorso di auto orientamento che utilizza alcuni strumenti (questionari e schede) e ti aiuta ad esplorare le tue risorse per ordinarle in un progetto di scelta.

PARTE - C - **Il mio progetto professionale** - È la delineazione del tuo progetto e delle competenze/capacità che lo rendono realizzabile.

Terminata la parte A, comune a tutti coloro che vogliono realizzare uno stage all'estero, per continuare hai due possibilità a seconda del tipo di aiuto che ti serve:

Non sai bene in quale settore o in quale area/figura professionale effettuare uno stage. *Il tuo progetto professionale è ancora impreciso.* Probabilmente hai la necessità di chiarirti le idee sulle tue competenze/capacità e sui tuoi interessi per riuscire ad individuare la professione che vorresti svolgere e, quindi, scegliere il settore in cui candidarti per lo stage. Il percorso B ti guida a definire il tuo progetto di scelta.

Hai già un progetto perché ti conosci bene e sai quali sono le competenze/capacità sulle quali puoi contare e quali, invece, vuoi migliorare durante lo stage. Probabilmente hai bisogno di fermarti a riordinare le informazioni che ti riguardano anche al fine di stendere la tua candidatura per l'azienda e il piano formativo da contrattare. Il percorso C ti guida a puntualizzare il tuo progetto professionale.

Non fermarti al primo ostacolo e ricordati, prima di cercare l'indirizzo giusto è importante sapere quello che desideri fare.....allora non ci resta che augurarti: Buona esplorazione!

¹⁸⁾ "Questa parte a cura del Punto Europa del Comune di Rimini è stata scritta utilizzando il contributo metodologico dei "tanti maestri" che abbiamo avuto nel corso di lunghi anni di attività e abbiamo avuto nel corso di lunghi anni di attività e che abbiamo adattato attraverso la nostra specifica esperienza. Con questa nota vorremo citarli tutti e li ringraziamo". Primula Lucarelli e Milena Cecchini.

PARTE - **A****LA MIA STORIA FORMATIVA E PROFESSIONALE***Strumento 1 - La mia scheda professionale*

- > Percorso di studi
- > Abilitazioni conseguite
- > Formazione professionale
- > Tirocini
- > Lingue straniere
- > Informatica
- > Esperienze di lavoro
- > Altre esperienze

Questa è la tua storia formativa e lavorativa, quasi una parte del tuo curriculum e documenta le tue principali risorse, collocandole nel tempo e nel contesto in cui si sono sviluppate. Sono i primi dati oggettivi, quelli probabilmente più facili da raccontare e anche per questo motivo proviamo a cominciare da qui.



Questo strumento propone uno sguardo d'insieme sul complesso delle tue esperienze formative e lavorative. Al loro interno, infatti, si sviluppano le risorse personali e professionali che sono "i mattoni" sui quali puoi contare nella realizzazione del tuo progetto di carriera.

PERCORSO DI STUDI

Dottorato/ Specializzazione	<i>Se completato</i>	<i>Anno conseguimento</i>	<i>Votazione</i>
.....
.....
.....
.....	<i>Se non completato</i>	<i>N. anni frequentati</i>
.....
.....
Laurea tradizionale/Laurea specialistica	<i>Se completato</i>	<i>Anno conseguimento</i>	<i>Votazione</i>
.....
.....
.....	<i>Se non completato</i>	<i>N. anni frequentati</i>
.....
.....
Diploma/Laurea triennale	<i>Se completato</i>	<i>Anno conseguimento</i>	<i>Votazione</i>
.....
.....
.....	<i>Se non completato</i>	<i>N. anni frequentati</i>
.....
.....

ABILITAZIONI CONSEGUITE

.....

.....

.....

FORMAZIONE PROFESSIONALE

<i>Corso/ durata ore</i>	<i>Anno</i>	<i>Attestato</i>
.....
.....
.....

TIROCINI

<i>Azienda- sede</i>	<i>Settore aziendale</i>	<i>Durata mesi</i>	<i>Anno</i>	<i>Attestato</i>
.....
.....
.....

LINGUE STRANIERE

Attenzione!!!!

La padronanza della lingua del paese di destinazione è un requisito dello stage. Se non abbiamo sufficienti competenze linguistiche saremo inibiti nell'integrazione con i colleghi, faremo più fatica a chiedere aiuto e a imparare. Ecco perché lo stage deve servire, linguisticamente, a elevare competenze già alte e non ad apprenderle. Se non padroneggiamo bene la lingua è meglio correre ai ripari, ad esempio frequentando un corso prima di partire.

Lingua	Grado conoscenza ¹⁹				Modalità apprendimento	Certificato
	<i>letto</i>	<i>scritto</i>	<i>compreso</i>	<i>parlato</i>		
.....				
.....				
.....				
.....				

¹⁹Grado di conoscenza

- 1 = scarsa
- 2 = di base
- 3 = buona
- 4 = eccellente

INFORMATICA

Programma	Grado conoscenza ²	Modalità apprendimento	Certificato
.....
.....
.....
.....

ESPERIENZE DI LAVORO

Mansione	Anno	Datore lavoro
.....
.....
.....

ALTRE ESPERIENZE²⁰

Mansione	Anno	Ente
.....
.....
.....
.....

²⁰⁾ Ad esempio all'interno di associazioni, nell'ambito del servizio civile, di campi di lavoro, eccetera.

PARTE - **B****IL PORTAFOGLIO DELLE MIE RISORSE PERSONALI
E PROFESSIONALI E IL MIO PROGETTO DI SCELTA.***Strumento 2 - Le conoscenze**Strumento 3 - Le abilità tecnico operative**Strumento 4 - Le caratteristiche e le risorse
personali**Strumento 5 - I miei bisogni professionali**Strumento 6 - I miei interessi professionali**6.1. I settori economici di interesse**6.2. Scheda. I settori economici di mio interesse**6.3. Scheda. Analizzo l'area/figura professionale di interesse**6.4. Scheda. Metto a confronto la mia autovalutazione con
l'area/figura professionale**Strumento 7 - La mia prima ipotesi di stage*

Questo percorso è formulato in maniera semplice ed agile e non ti richiederà molto tempo se hai già avuto modo di riflettere sulle esperienze che hai compiuto.

Ti aiuta a:

1. fare il punto sulle tue competenze personali e professionali attraverso questionari utili per:
 - ➔ riconoscere ed elencare le conoscenze, le abilità e le caratteristiche personali che hai sviluppato durante i tuoi percorsi formativi, professionali, extra-professionali. E' dalla nostra storia, infatti, che scaturiscono le risorse da utilizzare per la costruzione dei nostri progetti professionali
 - ➔ stabilire, nell'elenco che risulterà, quali sono quelle conoscenze e competenze/capacità che costituiscono i tuoi punti di forza attuali, cioè quelli sui quali conviene fare leva per progettare la tua scelta professionale
2. collegare il tuo bilancio, attraverso materiali informativi, ad aree di professionalità per:
 - ➔ orientarti rispetto alla scelta dello stage da effettuare.

Sviluppa il percorso nel modo in cui ti viene proposto e, se ne hai la necessità, non esitare a confrontarti con un consigliere di orientamento che potrà integrare gli strumenti di lavoro che qui ti proponiamo.

Buona scelta.....

Strumento 2 - Le conoscenze

Il modo migliore per stabilire le materie e gli argomenti che conosci, è ripercorrere i quattro settori in cui generalmente esse si sviluppano.

Dopo averle elencate, attribuisce un punteggio per stabilire quelle sulle quali puoi contare perché costituiscono i tuoi attuali punti di forza e quelle che, invece, devi sviluppare. Utilizza la seguente scala di autovalutazione.

Grado di conoscenza : 1 = livello basso; 2 = livello medio-basso; 3 = livello medio-alto; 4 = livello alto

1. Conoscenze apprese dalle materie scolastiche (es. storia della letteratura francese; fisica; matematica; ecc...)

2. Conoscenze apprese durante seminari e corsi di formazione (es. comunicazione non verbale; normativa e antincendio; istituzioni dell'Unione Europea; ecc...)

3. Conoscenze apprese lavorando (es. tecniche di archiviazione; gestione della contabilità ordinaria; utilizzo di strumentazioni d'ufficio e di software applicativi; ecc)

4. Conoscenze apprese per hobby e curiosità personali (es. percorsi di trekking, monumenti italiani; giochi di animazione, ecc)

Elenco i miei punti di forza teorici (livello 3, 4, ...):

-
-
-
-
-
-

Le abilità sono un “sapere in azione”, cioè un intreccio tra sapere teorico e capacità applicate in un contesto. Possono essere sia “specifiche” sia “non specifiche” di un contenuto lavorativo e possono avere una valenza teorico-tecnica o pratica. Per la ricostruzione, elencazione e individuazione dei punti di forza, procedi come nel precedente strumento.

Grado di abilità: 1 = livello basso; 2 = livello medio-basso; 3 = livello medio-alto; 4= livello alto

1. Abilità sviluppate nei percorsi scolastici (es. tradurre correttamente dal francese; calcolare il punto di pareggio; leggere una planimetria; ecc)

2. Abilità sviluppate attraverso la formazione professionale (es. pittura su vetro; elaborazione buste paga; ecc)

3. Abilità apprese lavorando (es. creazione di un database; creazioni di “presentazioni” su *power point*; gestione di cad tessile; elaborazioni statistiche; usare calcolatrici elettroniche; ecc)

4. Abilità apprese attraverso il volontariato, gli hobby in famiglia (es. animare gruppi di bambini, suonare uno strumento musicale; cucinare, ecc)

Elenco i miei punti di forza pratici (livello 3, 4, ..)

-
-
-
-
-
-

Strumento 4 - Le caratteristiche e le risorse personali

Sono le qualità, le attitudini, le predisposizioni in una parola ciò che caratterizza il tuo modo di stare nelle situazioni e nelle relazioni che, pertanto, tendi a mettere in gioco anche nei contesti professionali. Per la loro ricostruzione ed elencazione e per l'individuazione dei tuoi punti di forza, procedi come nel precedente strumento.

Gradi: 1 = livello basso; 2 = livello medio-basso; 3 = livello medio-alto; 4 = livello alto

1. Caratteristiche sviluppate nei percorsi scolastici (es. senso dell'ordine; puntualità; memoria; senso logico; ecc)

2. Caratteristiche sviluppate attraverso la formazione professionale (es. collaborazione; spirito di iniziativa; ecc)

3. Caratteristiche sviluppate lavorando (es. senso dell'organizzazione; lavorare in gruppo; saper eseguire le indicazioni ricevute; ecc)

4. Caratteristiche sviluppate attraverso il volontariato, gli hobby in famiglia (es. flessibilità, capacità di imparare da solo; senso estetico, fiducia in sé; autonomia; attitudini alla negoziazione; ecc)

Elenco i miei punti di forza legati alle caratteristiche o trasversali (livello 3, 4, ..;)

-
-
-
-
-
-

Individuare i propri bisogni significa rispondere a domande come queste:

“Per quali motivi vale la pena andare a lavorare?”

“Cosa spero di trovare in quello specifico lavoro?”

I bisogni professionali, dunque, sono quella spinta interna, quella motivazione che speriamo di vedere appagata attraverso l'attività lavorativa (ad es. ricevere indicazioni dettagliate, lavorare in autonomia, guadagnare, avere tempo libero, potersi organizzare, avere orari flessibili, crescere professionalmente, avere opportunità di frequentare corsi, poter viaggiare, ecc)

1.

2.

3.

4.

Strumento 6 - I miei interessi professionali

Esaminiamo adesso i tuoi interessi professionali rispetto a specifici settori economici, cioè raggruppamenti di attività economiche, produttive, organizzative e professionali.

6.1. I SETTORI ECONOMICI DI INTERESSE

Come puoi vedere scorrendo il questionario, alcuni settori economici sono presenti sia nei Servizi sia nella Produzione. Adesso ti chiediamo di stabilire il tuo grado di preferenza secondo la scala che ti proponiamo, senza chiederti se saresti capace di svolgere quelle attività.

Potresti non conoscere bene il contenuto dei diversi settori economici, cioè i tipi di professioni e di attività che sono ad essi riconducibili. Per questo trovi sotto a ciascun settore alcune esemplificazioni di professioni, inoltre nell'APPROFONDIMENTO 3 puoi trovare una panoramica di siti Internet e di guide utili allo scopo.

Grado di preferenza: 1 = non gradito; 2 = poco gradito; 3 = gradito; 4 = molto gradito

Settore economico dei servizi	GRADO DI PREFERENZA 1 = NON GRADITO 2 = POCO GRADITO 3 = GRADITO 4 = MOLTO GRADITO	Settore economico della produzione	GRADO DI PREFERENZA 1 = NON GRADITO 2 = POCO GRADITO 3 = GRADITO 4 = MOLTO GRADITO
Audiovisivi, spettacolo, pubblicità (es. sceneggiatore, doppiatore, tecnico luci; operatore di ripresa, regista, art director; responsabile casting, direttore di produzione; scenografo, fotografo)	1 - 2 - 3 - 4	Agroalimentare (es. addetto al confezionamento; conduttore di impianti per ortaggi e frutta, cereali e pasta; addetto alla lavorazione; addetto alla produzione; cantiniere, enologo, analista di laboratorio, perito agrario, tecnologo di produzioni alimentari, veterinario)	1 - 2 - 3 - 4
Beni culturali (es. restauratore beni monumentali, archeologo, direttore artistico manifestazioni culturali, gallerista d'arte, direttore museo, addetto al merchandising museale)	1 - 2 - 3 - 4	Carta e cartotecnica (es. Tecnico di sistemi prestampa; conduttore di sistemi stampa; operatore di produzione)	1 - 2 - 3 - 4
Commercio e distribuzione (es. esperto franchising, responsabile logistica commerciale; merchandiser; direttore acquisti, banconista ; responsabile logistica)	1 - 2 - 3 - 4	Ceramica, vetro, materiali da costruzione (es. ceramista, operatore del vetro artistico, tecnico di prodotto, tecnologo dei materiali; tecnico della sicurezza)	1 - 2 - 3 - 4

Educazione, formazione

(es. educatore, formatore, progettista di formazione, addetto alla didattica museale ,responsabile agenzia di formazione, orientatore)

1 - 2 - 3 - 4

Grafica-editoria

(es. regista multimediale; web master; redattore editoriale; redattore elettronico; grafico di redazione; grafico illustratore; system manager; giornalista)

1 - 2 - 3 - 4

Informatica

(es. operatore centro elaborazione dati, programmatore, analista di sistemi)

1 - 2 - 3 - 4

Pubblica amministrazione

(es. collaboratore, funzionario, tecnico nelle diverse aree di amministrazioni comunali, provinciali, regionali, statali)

1 - 2 - 3 - 4

Servizi alla persona

(es. operatore di servizi per le famiglie, estetista, acconciatore, operatore di servizi di custodia e badantato, animatore di servizi ricreativi, sportivi)

1 - 2 - 3 - 4

Chimica

(es. direttore laboratorio ricerca; tecnico di laboratorio ricerca; responsabile della produzione; gestore di impianti; responsabile della manutenzione; responsabile ambiente e sicurezza; responsabile quality assurance, informatore scientifico del farmaco)

1 - 2 - 3 - 4

Edilizia e lavori pubblici

(es. geometra; architetto, ingegnere civile, capocantiere, muratore, progettista cad, arredatore di interni)

1 - 2 - 3 - 4

Elettricità, elettronica

(es. progettista elettrico-elettronico di sistemi di automazione; tecnico di prodotto-processo; tecnico della sicurezza; tecnico di software industriale; tecnologo industriale)

1 - 2 - 3 - 4

Energia (luce, gas, acqua) ed estrazione

(es. tecnico progettista di reti; ingegnere elettrico)

1 - 2 - 3 - 4

Informatica

(es. security manager; data warehouse manager; system administrator)

1 - 2 - 3 - 4

Telecomunicazioni

(es. venditore di servizi e prodotti; addetto al customer care; communication manager; business unit manager; pianificatore e progettista di rete)

1 - 2 - 3 - 4

Trasporti

(es. pilota; assistente di volo; controllore al traffico aereo; capo gestione trasporto; coordinatore di movimento; capo tecnico infrastrutture ecc.)

1 - 2 - 3 - 4

Turismo, ospitalità, tempo libero

(es. esperto marketing, animatore, organizzatore congressuale, agente di viaggio, assistente turistico, responsabile Centro congressi, responsabile turismo anziani; party manager food and beverage manager)

1 - 2 - 3 - 4

Tessile, abbigliamento, cuoio

(es. sarto, modellista, stilista, responsabile fashion; esperto relazioni pubbliche; organizzatore sfilate)

1 - 2 - 3 - 4

6.2. SCHEDA. I SETTORI ECONOMICI DI MIO INTERESSE

Adesso riepiloga in ordine di priorità il nome dei settori che hai collocato ai primi due posti e l'area o figura professionale di interesse. Subito dopo, utilizzando l'elenco dei siti fornito nell' **APPROFONDIMENTO 3** o intervistando un operatore del settore, entra nel merito delle conoscenze, delle abilità e delle caratteristiche personali che servono per quel lavoro.

Settore	Area/figura professionale di interesse

6.3. SCHEDA. ANALIZZO L'AREA/FIGURA PROFESSIONALE DI INTERESSE

CONOSCENZE NECESSARIE

ABILITA' RICHIESTE

CARATTERISTICHE PERSONALI

6.4. SCHEDA. METTO A CONFRONTO LA MIA AUTOVALUTAZIONE (*Strumento 4 - Le caratteristiche e le risorse personali*) CON L'AREA/FIGURA PROFESSIONALE

LE MIE VALUTAZIONI

ELEMENTI A FAVORE (conoscenze, abilità, valori, ecc.....)

ELEMENTI PROBLEMATICI (vincoli soggettivi/oggettivi)

GRADO DI DESIDERABILITA'

GRADO DI REALIZZABILITA'

Grado di desiderabilità:
2=poco desiderabile;
3= desiderabile; 4=molto desiderabile

Grado di realizzabilità:
2=poco realizzabile;
3= realizzabile; 4=molto realizzabile

E, infine.....

Strumento 7 - La mia prima ipotesi di stage

Le mie qualità: lo mi vedo così

Le mie capacità

Le mie conoscenze

Le mie competenze trasversali

Lingue__quali/livello_____

Informatica_____ quali/livello _____

Altro quali/livello_____

Il mio settore di interesse

L'area aziendale in cui vorrei inserirmi

I miei valori e bisogni professionali

Il mio progetto provvisorio di scelta

La mia ipotesi di stage

Il mio senso di autoefficacia: penso che effettuare uno stage soddisfacente dipenderà da me almeno nella misura del....%

PARTE - C

IL MIO PROGETTO PROFESSIONALE

Strumento 8 - I miei progetti

Il mio progetto

Lo stage che vorrei

Strumento 9 - Le mie conoscenze

Strumento 10 - le mie capacità/competenze

Strumento 11 - Le mie qualità/caratteristiche personali

Strumento 12 - I miei punti di forza

*Strumento 13 - Il mio piano di miglioramento/le
aree di sviluppo*

ALLEGATO 1 Le mie capacità trasferibili

ALLEGATO 2 Le mie qualità personali: io mi vedo così

Gli strumenti che trovi in questa sezione possono darti una mano a:

1. descrivere e motivare il tuo progetto professionale
2. costruire e descrivere il tuo piano di stage
3. evidenziare la parte delle competenze che sono il presupposto del tuo progetto professionale
4. preparare la tua candidatura

Buon lavoro!



LO STAGE CHE VORREI

(In quale paese vorrei andare. In quale tipo di azienda. In quale settore economico e in quale area . Quale figura professionale mi interessa, che cosa vorrei fare e perchè, a cosa finalizzo il mio stage)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Per agevolarti nella compilazione di questa prima parte dello strumento ti proponiamo alcuni esempi. La cosa importante che devi tenere in considerazione non è tanto la forma o lo stile con i quali ci si esprime, ma le informazioni date di sé e del proprio progetto professionale.

Mi piacerebbe poter lavorare in un'azienda medio-grande all'interno dell'area produzione. In particolare vorrei occuparmi del monitoraggio dei tempi e dei metodi. Sono un neolaureato in ingegneria meccanica con la passione per le auto e "il pallino del fare quadrare le cose". Quello che maggiormente mi stimola è la possibilità di far convivere in azienda efficienza ed efficacia. Sono di natura una persona precisa, attenta a cogliere i particolari e a risolvere creativamente i problemi. Il mio carattere sociale ritengo mi possa aiutare in un ruolo che richiede di interagire con tante persone, in questo caso quelle addette alla produzione.

Lo stage che ho in mente supporta questo mio progetto, perché vorrei realizzarlo in Germania all'interno di una grossa casa automobilistica nel ruolo, appunto, di industrializzatore.

Ho scelto la facoltà di lettere stimolata da una passione per le materie letterarie rivelatasi ai tempi del liceo scientifico. Ho sempre trovato una discreta facilità nello scrivere e nell'esprimermi correttamente. Per questo motivo quando ero al liceo ho cominciato a collaborare con il giornalino della scuola e successivamente con una radio locale. Adesso ho 26 anni, sono da poco laureata e ho scoperto che mi piace tutto quello che attiene alla comunicazione, cioè all'acquisizione, elaborazione e diffusione della "notizia". Ecco perché vorrei lavorare in questo settore. Desidererei svolgere il mio stage all'interno di un ufficio stampa o dell'ufficio che si occupa delle pubbliche relazioni. Conosco bene il francese, e pertanto la Francia oppure il Belgio sarebbero i paesi prescelti per fare questa importante esperienza formativa.

Sono laureata da meno di due mesi in scienze politiche - indirizzo sociale - facoltà che ho intrapreso dopo aver frequentato l'istituto magistrale. Parallelamente agli studi ho portato avanti la mia passione per le arti e le tecniche manuali (disegno, decorazione, pasta di sale, mosaico, ...) che ho anche insegnato in alcuni corsi organizzati da un'associazione culturale del mio paese. Mi piacerebbe molto poter unire le conoscenze scolastiche a quelle hobbistiche e costruirmi un percorso professionale che mi permetta di lavorare con i bambini occupandomi dell'aspetto creativo e di animazione. Per questo motivo vorrei poter fare uno stage all'interno di una cooperativa sociale, di una scuola, di una ludoteca che mi permetta di acquisire tecniche e metodologie in questo settore. So che i Paesi Bassi stanno sperimentando alcuni progetti innovativi e mi piacerebbe poter svolgere il mio stage in questo paese, dove oltretutto si parla facilmente la lingua inglese.

Adesso che hai esposto il tuo progetto ti proponiamo di lavorare sui tuoi punti di forza, cioè sulle tue conoscenze/capacità/qualità perché:

1. rafforzano la motivazione del tuo progetto. Le conoscenze/competenze sono la materia prima su cui si costruisce un obiettivo professionale
2. ti daranno una mano a definire il tuo piano di stage: in relazione ad esse potrai stabilire il tuo piano di miglioramento, le aree di sviluppo su cui vorrai lavorare durante lo stage all'estero.



Riprendi lo *Strumento 1 - La mia scheda professionale* e valorizza solo quelle conoscenze che sono a supporto del tuo progetto professionale, cioè che lo motivano e ne fanno vedere il realismo. Ti chiediamo, anche, di contestualizzarle, cioè di suddividerle per ambito di provenienza (scuola, formazione, lavoro, tempo libero). Sarà importante, ad esempio in sede di colloquio, saper dire da dove esse provengono.

Percorso scolastico	Formazione professionale	Esperienze di lavoro e di stage	Esperienze extraprofessionali
1.	1.	1.	1.
2.	2.	2.	2.
3.	3.	3.	3.
4.	4.	4.	4.
5.	5.	5.	5.
6.	6.	6.	6.
7.	7.	7.	7.
8.	8.	8.	8.
9.	9.	9.	9.
10.	10.	10.	10.

Strumento 10 - le mie capacità/competenze

Adesso fai lo stesso con le capacità/competenze. Riprendile dalla tua scheda professionale *Strumento 1 - La mia scheda professionale* e contestualizzale. Le capacità sono "il saper fare", le capacità pratiche. Puoi trovare un aiuto nell'ALLEGATO 1.

Percorso scolastico	Formazione professionale	Esperienze di lavoro e di stage	Esperienze extraprofessionali
1.	1.	1.	1.
2.	2.	2.	2.
3.	3.	3.	3.
4.	4.	4.	4.
5.	5.	5.	5.
6.	6.	6.	6.
7.	7.	7.	7.
8.	8.	8.	8.
9.	9.	9.	9.
10.	10.	10.	10.



Strumento 11- Le mie qualità/caratteristiche personali

TERZA PARTE

Prova ad elencare, infine, le attitudini e le qualità personali, cioè quelle caratteristiche e tratti della persona che ti contraddistinguono e che possono essere una risorsa per la professione che ti piacerebbe svolgere. L'ALLEGATO 2 ti può essere d'aiuto.

Percorso scolastico	Formazione professionale	Esperienze di lavoro e di stage	Esperienze extraprofessionali
1.	1.	1.	1.
2.	2.	2.	2.
3.	3.	3.	3.
4.	4.	4.	4.
5.	5.	5.	5.
6.	6.	6.	6.
7.	7.	7.	7.
8.	8.	8.	8.
9.	9.	9.	9.
10.	10.	10.	10.

Strumento 12- I miei punti di forza

Adesso riassumi le tue conoscenze, le tue capacità e le tue qualità su questa scheda.

Che cosa so

Conoscenze scolastiche ed accademiche
Saperi tecnici e professionali
Cultura personale

Che cosa so fare

Capacità operative
Abilità pratiche
Talenti

Come so essere

Stile e atteggiamenti
Caratteristiche personali
Valori

Strumento 13- Il mio piano di miglioramento/le aree di sviluppo

In relazione al tuo obiettivo professionale e alle prime ipotesi circa lo stage, adesso hai molti elementi di concretezza perché hai collegato ad essi il tuo bagaglio di competenze. Definisci, se puoi in modo ancora più preciso, il tuo progetto di stage.

Di seguito indica quali obiettivi di miglioramento ti proponi, grazie allo stage, nei confronti delle tue risorse personali e professionali. Prova a scomporre l'obiettivo principale in singoli obiettivi parziali. Obiettivi chiari e misurabili ti permetteranno di contrattare con l'azienda il piano formativo e di monitorare e fare una valutazione corretta di questa esperienza .

IL MIO PIANO DI MIGLIORAMENTO

Durante lo stage all'estero vorrei acquisire e/o sviluppare le seguenti:

Conoscenze	Capacità	Qualità

Con capacità trasferibili intendiamo capacità di tipo pratico, apprese in ambito formativo, lavorativo, extraprofessionale, e che possono essere trasportate e utilizzate in molte altre attività. Per saper fare un determinato lavoro, pertanto, non è necessario averlo già svolto bensì essersi impegnati in esperienze che ci hanno richiesto di utilizzare le stesse capacità anche se applicate ad un'altra situazione. Tutti noi sappiamo fare molte cose che abbiamo imparato in modi molto diversi e che, questo importa, possiamo mettere a frutto in un lavoro futuro.

Istruzioni: ripensa alle tue esperienze familiari, formative, personali, professionali e prova a riconoscere il tipo di capacità che hai utilizzato; poi stabilisci il grado di competenza con il quale le hai usate scegliendo tra:

1= non usata, oppure usata in modo insufficiente

2= usata poco

3= usata bene

4= usata molto bene

Quanto pensi di essere bravo a:

1 manualità: lavorare con le mani, anche usando gli attrezzi

mettere insieme i pezzi	1	2	3	4
costruire	1	2	3	4
riparare	1	2	3	4
installare	1	2	3	4
cucire,	1	2	3	4
impagliare	1	2	3	4
cucinare	1	2	3	4
dare forma, dare colore	1	2	3	4
pulire	1	2	3	4
altro (precisare)	1	2	3	4

nel complesso possiedo questo gruppo di abilità a livello:

1 = non usata, 2 = poco usata, 3 = usata, 4 = usata molto bene

possiedo questo gruppo di abilità a livello:

1 = non usata, 2 = poco usata, 3 = usata, 4 = usata molto bene

2 manualità e forza: lavorare con il corpo

avere sensibilità per gli animali	1	2	3	4
essere capace di fare crescere piante e fiori	1	2	3	4
maneggiare con precisione e rapidità	1	2	3	4
lavorare usando forza, resistenza, agilità	1	2	3	4
lavorare usando le mani	1	2	3	4
le dita (massaggiare ecc.)	1	2	3	4
lavorare stando all'aperto, nei campeggi	1	2	3	4
altro (precisare)	1	2	3	4

nel complesso possiedo questo gruppo di abilità a livello:

1 = non usata, 2 = poco usata, 3 = usata, 4 = usata molto bene

3 espressività: lavorare con le parole

leggere	1	2	3	4
correggere	1	2	3	4
parlare	1	2	3	4
imparare a memoria	1	2	3	4
comunicare bene in forma scritta	1	2	3	4
addestrare, insegnare, formare gruppi	1	2	3	4
consigliare, guidare	1	2	3	4
altro (precisare)	1	2	3	4

nel complesso possiedo questo gruppo di abilità a livello:

1 = non usata, 2 = poco usata, 3 = usata, 4 = usata molto bene

4 percezione:lavorare mobilitando vista, olfatto, gusto, udito, tatto

raccogliere informazioni	1	2	3	4
osservare	1	2	3	4
raffrontare uguaglianze/differenze	1	2	3	4
prestare attenzione ai dettagli	1	2	3	4
fare diagnosi, stabilire qual'è il problema	1	2	3	4
esaminare, ispezionare, controllare	1	2	3	4
rintracciare informazioni	1	2	3	4
avere sensi efficienti (vista, gusto, tatto ecc.)	1	2	3	4
altro (precisare)	1	2	3	4

nel complesso possiedo questo gruppo di abilità a livello:

1 = non usata, 2 = poco usata, 3 = usata, 4 = usata molto bene

5 intelligenza numerica:lavorare con i numeri

fare velocemente i calcoli a mente	1	2	3	4
rintracciare informazioni e dati	1	2	3	4
risolvere problemi	1	2	3	4
gestire archivi, immagazzinare dati	1	2	3	4
memorizzare numeri	1	2	3	4
fare inventari	1	2	3	4
altro (precisare)	1	2	3	4

nel complesso possiedo questo gruppo di abilità a livello:

1 = non usata, 2 = poco usata, 3 = usata, 4 = usata molto bene

6 creatività:lavorare servendosi dell'intuizione

creare o concepire idee nuove	1	2	3	4
farsi un'idea velocemente	1	2	3	4
percepire dei dettagli e delle situazioni	1	2	3	4
visualizzare, immaginare	1	2	3	4
memorizzare visi, situazioni ecc.	1	2	3	4
altro (precisare)	1	2	3	4

nel complesso possiedo questo gruppo di abilità a livello:

1 = non usata, 2 = poco usata, 3 = usata, 4 = usata molto bene

7 razionalità:lavorare con la logica e l'analisi

ricercare e raccogliere informazioni	1	2	3	4
analizzare, scomporre, smontare	1	2	3	4
mettere in ordine di priorità, classificare	1	2	3	4
confrontare, percepire somiglianze e differenze	1	2	3	4
separare cose importanti da meno importanti	1	2	3	4
adattare, trasferire, sviluppare	1	2	3	4
pianificare, programmare	1	2	3	4
altro (precisare)	1	2	3	4

nel complesso possiedo questo gruppo di abilità a livello:

1 = non usata, 2 = poco usata, 3 = usata, 4 = usata molto bene

8 immaginazione:lavorare con la creatività

immaginare	1	2	3	4
creare usando parole, immagini, materiali	1	2	3	4
sperimentare	1	2	3	4
adattare	1	2	3	4
ricomporre oggetti, parti ecc.	1	2	3	4
altro (precisare)	1	2	3	4

nel complesso possiedo questo gruppo di abilità a livello:

1 = non usata, 2 = poco usata, 3 = usata, 4 = usata molto bene

9 sensibilità sociale: Lavorare prestando aiuto alle persone

ascoltare	1	2	3	4
prendersi cura	1	2	3	4
aiutare le persone a mettersi d'accordo	1	2	3	4
offrire un sostegno	1	2	3	4
motivare, convincere	1	2	3	4
alzare il morale degli altri	1	2	3	4
curare, diagnosticare, guarire	1	2	3	4
guidare, consigliare, insegnare	1	2	3	4
altro (precisare)	1	2	3	4

nel complesso possiedo questo gruppo di abilità a livello:

1 = non usata, 2 = poco usata, 3 = usata, 4 = usata molto bene

10 creatività artistica:lavorare adoperando idee e capacità artistiche

scolpire, incidere, cesellare	1	2	3	4
suonare strumenti, cantare	1	2	3	4
dipingere, fotografare, restaurare	1	2	3	4
danzare, fare mimi, recitare	1	2	3	4
fare lavori artigianali	1	2	3	4
visualizzare, immaginare	1	2	3	4
fare lavori manuali di precisione	1	2	3	4

modellare, dare forma	1	2	3	4
altro (precisare)	1	2	3	4

nel complesso possiedo questo gruppo di abilità a livello:
1 = non usata, 2 = poco usata, 3 = usata, 4 = usata molto bene

11 imprenditività: lavorare prendendo iniziativa

iniziare nuovi compiti, idee, progetti	1	2	3	4
organizzare attività	1	2	3	4
dirigere, guidare, assumere il comando	1	2	3	4
prendere decisioni	1	2	3	4
vendere, promuovere, persuadere	1	2	3	4
fare delle presentazioni in prima persona	1	2	3	4
altro (precisare)	1	2	3	4

nel complesso possiedo questo gruppo di abilità a livello:
1 = non usata, 2 = poco usata, 3 = usata, 4 = usata molto bene

12 ordine e precisione: lavorare seguendo le istruzioni

classificare, mettere ordine	1	2	3	4
correggere	1	2	3	4
memorizzare numeri	1	2	3	4
ordinare, registrare in archivi	1	2	3	4
esaminare, ispezionare	1	2	3	4
seguire istruzioni	1	2	3	4
altro (precisare)	1	2	3	4

nel complesso possiedo questo gruppo di abilità a livello:
1 = non usata, 2 = poco usata, 3 = usata, 4 = usata molto bene

Ti proponiamo un elenco di caratteristiche e qualità personali che vengono in genere utilizzate per descrivere le qualità e i tratti delle persone. Stabilisci in che misura ritieni che esse ti caratterizzino, scegliendo tra

- 1 = caratteristica non posseduta
- 2 = caratteristica posseduta in modo insufficiente
- 3 = caratteristica posseduta in modo normale
- 4 = caratteristica posseduta in modo elevato

(se non ti ritrovi in questo elenco, prosegui pure attraverso delle definizioni personali)

Sono una persona:

Accurata	1-2-3-4-
Attiva	1-2-3-4-
Abile	1-2-3-4-
Amichevole	1-2-3-4-
Adattabile	1-2-3-4-
Ambiziosa	1-2-3-4-
Aperta	1-2-3-4-
Attenta ai dettagli	1-2-3-4-
Autorevole	1-2-3-4-
Brava	1-2-3-4-
Caparbia	1-2-3-4-
Calma	1-2-3-4-
Capace	1-2-3-4-
Cooperativa	1-2-3-4-
Comunicativa	1-2-3-4-
Comprensiva	1-2-3-4-
Competente	1-2-3-4-
Concreta	1-2-3-4-
Creativa	1-2-3-4-
Curiosa	1-2-3-4-
Capace di dare sostegno	1-2-3-4-
Dinamica	1-2-3-4-
Diligente	1-2-3-4-
Determinata	1-2-3-4-
Disponibile	1-2-3-4-
Efficiente	1-2-3-4-
Esigente	1-2-3-4-
Estroversa	1-2-3-4-
Forte	1-2-3-4-
Flessibile	1-2-3-4-
Generosa	1-2-3-4-
Giocosa	1-2-3-4-

Indipendente	1-2-3-4-
Impulsiva	1-2-3-4-
Immaginativa	1-2-3-4-
Intraprendente	1-2-3-4-
Idealista	1-2-3-4-
Ingegnosa	1-2-3-4-
Lavoratrice	1-2-3-4-
Leale	1-2-3-4-
Logica	1-2-3-4-
Metodica	1-2-3-4-
Meticolosa	1-2-3-4-
Meritevole di fiducia	1-2-3-4-
Oculata	1-2-3-4-
Ottimista	1-2-3-4-
Organizzata	1-2-3-4-
Originale	1-2-3-4-
Paziente	1-2-3-4-
Perseverante	1-2-3-4-
Precisa	1-2-3-4-
Puntuale	1-2-3-4-
Prudente	1-2-3-4-
Realista	1-2-3-4-
Responsabile	1-2-3-4-
Riflessiva	1-2-3-4-
Rigorosa	1-2-3-4-
Rapida	1-2-3-4-
Singolare	1-2-3-4-
Socievole	1-2-3-4-
Sicura	1-2-3-4-
Seria	1-2-3-4-
Sognatrice	1-2-3-4-
Sincera	1-2-3-4-
Tenace	1-2-3-4-
Vivace	1-2-3-4-
Volonterosa	1-2-3-4-
Altro (precisare)	1-2-3-4-

Se vuoi organizzare uno stage all'estero dovrai mettere in conto un grande impegno personale in termini di tempo, di energie e di stress (oltre naturalmente ai costi economici che tale progetto comporta). Diventa, quindi, importante pianificare le attività da realizzare per evitare di disperdersi o magari perdersi d'animo.

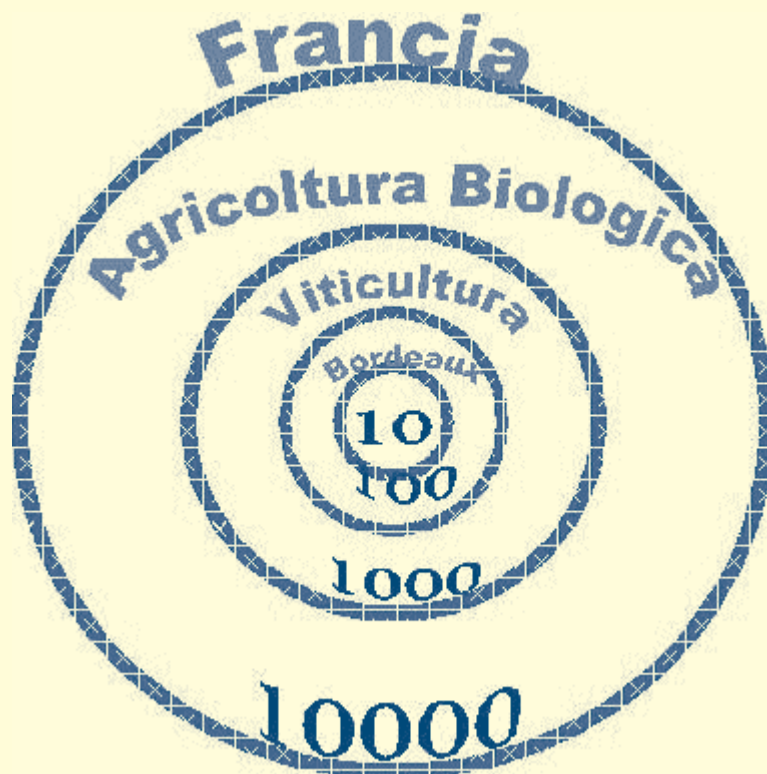
Prima di tutto ti proponiamo alcune considerazioni che riteniamo della massima importanza:

- anche quando hai chiaro il "bersaglio", "fare centro" non è mai facile. È probabile che nello stesso momento molti altri giovani stiano tentando di colpire il tuo stesso bersaglio (soprattutto se l'azienda ha reso pubblica la propria disponibilità ad ospitare stagisti): per tanto è bene tenersi "sempre allenati" e pronti a cogliere l'occasione prima e meglio degli altri
- cercare uno stage non significa chiedere favori, ma offrire la propria collaborazione e professionalità in cambio dell'opportunità di un periodo di affiancamento in azienda.

Le fasi principali di un ipotetico piano di lavoro per la ricerca dello stage possono essere:

- Raccolta delle informazioni principali sul Paese e sul contesto economico di riferimento
- Analisi del settore, raccolta delle informazioni sulle aziende e su eventuali enti che possono promuovere il tuo stage (soprattutto quando la normativa sugli stage prevede, come in Italia, un ente promotore diverso dall'azienda)
- Scelta di un ristretto lotto di potenziali aziende, raccolta delle informazioni sulle aziende e scelta delle sedi possibili di stage
- Comunicazione della propria disponibilità all'azienda presentando un progetto di stage congruente con il proprio curriculum e con le caratteristiche aziendali
- Verifica della risposta dell'azienda
- In caso di esito negativo: verifica delle cause e ulteriore definizione del proprio progetto in funzione della prossima azienda che si intende contattare
- In caso di esito positivo: definizione delle modalità di attivazione dello stage.

Se vuoi trovare lo stage che più rispecchia i tuoi interessi e le tue aspirazioni puoi utilizzare uno schema analogo a quello che ti proponiamo, pensato per aiutarti a circoscrivere meglio la tua scelta.



Se il tuo paese di riferimento è la Francia, ti troverai di fronte a 10.000 potenziali (forse di più) opportunità di stage! Se, però, hai un particolare interesse per l'agricoltura biologica la ricerca si riduce a 1000, se i tuoi studi ti orientano verso la viticoltura biologica l'ordine di grandezza (e quindi i tempi) si riducono ulteriormente. Se poi decidi di delimitare la tua ricerca alle aziende biologiche della famosa area di Bordeaux, hai probabilmente la possibilità di iniziare a raccogliere informazioni molto precise su 10 aziende che possono già rappresentare un primo obiettivo concreto per la tua ricerca dello stage. Di queste aziende ora ti servono indirizzi, riferimenti, notizie, nomi, numeri di telefono ed e-mail delle persone da contattare.

L'importante è quindi arrivare per fasi successive alla definizione di un'idea molto chiara rispetto allo stage che stai cercando, iniziando fin da subito a raccogliere tutte le informazioni che possano aiutarti ad individuare concretamente quelle situazioni aziendali in cui la tua professionalità (alta o bassa che sia!) potrà essere sviluppata. Fin dove è possibile devi essere tu a scegliere, anche se questo significa privilegiare un'alternativa rispetto a tutte le altre: non puoi attendere di trovare lo stage perfetto, ma devi procedere ad una selezione progressiva per avvicinarti sempre di più alla prima azienda che concretamente risponde alle tue esigenze.

- 3.3.1 Agenzie e Associazioni
- 3.3.2 Aziende multinazionali
- 3.3.3 Incontro domanda-offerta on line
- 3.3.4 Istituzioni
- 3.3.5 Portali e motori di ricerca
- 3.3.6 Professioni (descrizione di)
- 3.3.7 Riviste specializzate
- 3.3.8 Siti utili per uno stage in Francia
- 3.3.9 Siti utili per uno stage in Germania
- 3.3.10 Siti utili per uno stage in Irlanda
- 3.3.11 Siti utili per uno stage in Regno Unito
- 3.3.12 Siti utili per uno stage in Spagna

La **Rete Internet** è una preziosa fonte per qualsiasi ricerca d'informazioni, in modo particolare quando i nostri orizzonti sono vasti come nel caso della ricerca di uno stage in un paese europeo. Navigare in Internet, però, è una grossa opportunità a patto che si conoscano bene alcune regole per non perdere la rotta.

Con questo APPROFONDIMENTO cerchiamo di offrirti una **chiave di accesso** alle informazioni presenti sulla Rete. Troverai, in ordine alfabetico, la definizione e la descrizione di alcune risorse che, navigando, ti saranno utili ma, siamo sicuri, che presto sarai tu stesso a individuarne altre e a costruirti un archivio personale.

La nostra selezione non è esaustiva ma può essere un buon punto di partenza per una ricerca che, anche in questo caso, sarai tu a dover personalizzare indirizzandola al settore, al paese, al tipo di azienda che più ti interessa.

MODALITÀ DI SELEZIONE

Molti dei siti che abbiamo brevemente descritto si occupano di stage in Italia e/o in Europa, altre volte presentiamo siti sul Lavoro e sulla Formazione che, al loro interno, prevedono una sezione dedicata a questo argomento. Abbiamo individuato anche alcuni dei principali siti istituzionali o di associazioni che, a diverso titolo, si occupano di promuovere, favorire ed organizzare stage all'estero.

Inoltre, troverai alcuni siti che possono esserti di aiuto per ricercare informazioni, suggerimenti ed esempi su come candidarsi per uno stage, nei diversi paesi europei descritti nella guida (Francia, Germania, Irlanda, Regno Unito, Spagna).

3.3.1 AGENZIE e ASSOCIAZIONI

Il paragrafo presenta alcuni siti di associazioni che promuovono stage nei paesi europei e favoriscono l'incontro tra domanda-offerta di lavoro. Sono state selezionate le realtà che da tempo sono presenti e attive sul nostro territorio.

AIESEC - www.it.aiesec.org

Presenta le attività e gli obiettivi del network dell'AIESEC, associazione che da oltre 50 anni scambia studenti nel mondo. Nel sito sono illustrate le diverse fasi dell'*Exchange Programme e del Cooperation Programmes* che sono le attività di scambio e di tirocinio all'estero promosse dall'Associazione. Nella sezione il *nostro network* sono indicate tutte le sedi italiane dell'AIESEC. Nel resto del mondo AIESEC è presente in oltre 80 Paesi con uffici in circa 800 università. AIESEC è una organizzazione internazionale, apolitica, non-profit, gestita da studenti, indipendente e formativa. E' composta da studenti universitari e neolaureati interessati all'economia e al management.

Career Point - www.career-point.com

E' il sito della rete promossa dalla Scuola di Psicosociologia dell'Organizzazione per favorire gli scambi ed il confronto tra quanti si occupano professionalmente di orientamento al lavoro. Sul sito è possibile utilizzare un servizio, alla sezione *Lavoro*, che si propone di facilitare l'incontro tra domanda e offerta di lavoro. Il sito offre, inoltre, molte sezioni ricche di informazioni e strumenti per coloro che cercano lavoro.

CESOP - www.cesop.it

Il sito del CESOP *Recruitment & Career Opportunities* offre diversi servizi per neo laureati:

- *Company Profile* - descrizione di aziende
- *Le aziende on line* - selezione di siti di aziende
- *Master on line* - elenco di master offerti da aziende
- Offerte di stage e di lavoro on line
- Banca dati di curriculum vitae
- Consigli su come presentarsi in azienda (cv, colloquio, ecc)

Cesop promuove l'iniziativa *Career Day*, giornate di incontro tra studenti, neolaureati e aziende, su tutto il territorio nazionale. Sul sito è presente il calendario degli appuntamenti.

Eurocultura www.eurocultura.it

Eurocultura è un'associazione culturale senza fini di lucro rivolta soprattutto ai giovani che fornisce informazioni per favorire esperienze di stage. Nel sito Internet sono disponibili alcune sezioni dal titolo: "Lavorare all'estero", "Stage all'estero", "Borse di studio", "Corsi di lingua". Sono, inoltre, presentate le guide tematiche realizzate da Eurocultura e sono descritte le modalità di ricevimento delle stesse.

InterEdu - www.interedu.com/

Il sito dell' *International Education Information Centre*, organizzazione europea privata che organizza progetti di mobilità individuali in tutto il mondo, offre informazioni in lingua inglese, su come cercare uno stage all'estero. Per avere informazioni clicca dalla home *Career e poi How to get a traineeship*. Le informazioni e i consigli non sono indirizzati a un paese solo ma ai diversi paesi euro-

pei. Nel sito sono, inoltre, attivati dei collegamenti a organismi europei e internazionali che offrono stage.

Xena Centro Scambi e Dinamiche Culturali - www.xena.it/leonardo.html

Il sito offre una descrizione accurata dei progetti di scambio e di tirocinio all'estero di XENA finanziati nell'ambito dei principali Programmi Comunitari e rivolti ai giovani (diplomati e laureati). XENA è un'associazione di Padova che da diversi anni promuove incontri, scambi culturali, formazione e crescita personale attraverso l'organizzazione di tirocini all'estero.

3.3.2 AZIENDE MULTINAZIONALI

In questo paragrafo troverai:

- una selezione di siti di aziende con sedi in diversi paesi europei. Spesso le multinazionali hanno dei siti molto ricchi di informazioni e delle sezioni apposite che offrono opportunità anche per un giovane alla prima esperienza di lavoro
- una lista di alcune aziende, suddivise per settori, che hanno una vocazione internazionale.
 - Apparecchiature e strumenti medici
 - Industria farmaceutica e medica
 - Information Technology software
 - Ingegneria automobilistica e aerospaziale
 - Teleservizi

BMW - www.bmw.fr/

Il sito della azienda automobilistica ha varie versioni nei diversi paesi. Ad esempio quello in lingua francese, permette di accedere ad una banca dati contenente offerte di stage in Francia. Clicca su *Recrutement*, e seleziona *Offres de Stages* per visualizzare la pagina contenente l'elenco delle offerte e l'indirizzo al quale inviare il tuo curriculum.

Nel sito della BMW Italia (www.bmw.it) trovi informazioni sugli stage cliccando su Risorse Umane, e Stages e tesi in BMW. Per coloro che sanno il tedesco è possibile visionare le offerte di stage anche nel sito della casa madre, www.bmw.de, seguendo il percorso: *karriere/ jobs / Praktikanten*.

Careers at Unilever - www.careersatunilever.com/

Il sito, in lingua inglese, contiene, oltre alle informazioni sull'azienda, anche offerte di stage presso le filiali sparse in tutto il mondo. Per consultare le informazioni accedi alla sezione *Working with us* clicca su *Apply* e scegli il paese di interesse, così puoi accedere direttamente al sito locale nel quale trovi l'elenco delle offerte di stage. Il curriculum può essere inviato direttamente all'indirizzo e-mail indicato nel sito.

Decathlon - www.decathlon.it/it/corporate/main.asp

Il sito, in versione multilingue, è molto articolato e oltre a descrivere l'azienda, ti offre informazioni su:

- l'inserimento lavorativo
- il lavoro in generale
- il lavoro all'estero
- stage e tirocini post-laurea.

La pagina italiana dedicata al lavoro e agli stage si chiama: *Lavora con noi*. L'azienda favorisce l'inserimento al suo interno di stagisti come valido strumento di valutazione al fine di una futura assunzione. Nel sito troverai anche una sintetica descrizione dei profili richiesti. Vale la pena navigare nei siti di *Decathlon* dei vari paesi per visionare tutte le opportunità. Le domande si possono inviare ai vari Uffici di Selezione del Personale i cui indirizzi (postale e elettronico) sono sui diversi siti dell'impresa.

KPMG Consulting - www.kpmgcareers.co.uk/

Il sito offre una sezione *Careers*, molto articolata, dedicata al lavoro. Le offerte di lavoro si rivolgono soprattutto ai giovani e sono suddivise in diverse sezioni:

- *Graduate Opportunities* (opportunità per laureati)
- *Work experiences* (stage)
- *School leavers* (offerte per giovani diplomandi)
- *Job changers* (offerte per coloro interessati a cambiare lavoro)
- *General careers* (informazioni generali sulle professioni)

Nokia – Global traineeships -

www.nokia.com/careers/students/studentopportunities/index.html

Il sito, in lingua inglese, è rivolto in modo particolare a laureati e laureandi. La parte dedicata alle opportunità professionali contiene:

- offerte di lavoro internazionali
- offerte di alloggio
- assistenza per quanto riguarda la burocrazia ed i visti.

Puoi ricevere newsletters e offerte di lavoro non solo via e-mail, ma anche tramite SMS. All'interno del sito ci sono vari motori di ricerca ed è offerta la possibilità di inserire il tuo CV in una banca dati.

Shell Employment - www2.shell.com/home/Framework

Il sito, in lingua inglese, si rivolge nella sezione *Careers & Recruitment* a studenti e neo-laureati *Students & new Graduates*. Il sito offre:

- un elenco di offerte di stage
- indicazioni dettagliate sui profili ricercati e sulle modalità per candidarsi
- possibilità di inviare il CV on-line.

The Official Procter & Gamble Careers Website - www.pgcareers.com/

Il sito, in lingua inglese, oltre a presentare l'azienda, dedica la sezione *Working* alle opportunità di lavoro in Europa. La sezione contiene anche la voce *internships* che presenta le offerte di stage sia in base al profilo sia suddivise per paese. Il sito offre la possibilità di inserire il proprio curriculum ed eventualmente, attraverso l'uso di password, di modificarlo.

SITI DI AZIENDE SUDDIVISI PER SETTORI

APPARECCHIATURE E STRUMENTI MEDICI

Abbot: <http://abbott.com/>
Allergan: www.allergan.com/site/
Bausch&lomb: www.bausch.com/uk/index.jsp
Baxter: www.baxter.com/
Bayer diagnostics: www.bayer.co.uk/products/diagnostics.html
Becton Dickinson: www.bd.com/support/contact/international.asp
Beiersdorf : www.beiersdorf.com/
Boston Scientific: www.bostonscientific.co.uk/
Braun: www.braunlift.com/
Hollister: www.hollister.com/
Howmedica: www.howmedica.com/
Mallinckrodt: www.mallinckrodt.com/
Millipore: www.millipore.com/Corporate/ie.nsf/home
Olympus: www.olympus.co.uk/home.cfm
Organon Teknika: www.organonteknika.com/
Sherwood medical: www.hometowndoc.com/
Welch-Allyn: www.welchallyn.com/

INDUSTRIA FARMACEUTICA E MEDICA

Akzo Pharma: www.akzonobel.com/home/address.asp?t=g&v=1
Bristol- meyers squibb: www.bms.com/landing/data/index.html
Elan: www.elan.com/Careers/
Eli Lilly: www.lilly.com/
E. Merck: <http://directory.bioexchange.com/companies.cfm?firstletter=e>
FMC: www.fmc.com/FMCChem/Corporate/
Forest laboratosies: www.frx.com/
Fujisawa: www.fujisawa.com/index_ie4.htm
Ivax: www.ivax.co.uk/home.htm
Johnson&Johnson: www.jnj.com/home.html
Leo laboratories: www.leo-pharma.com/w-site/leo/docs.nsf
Schering-Ploug: www.schering-plough.com/main.html?Y
Smithkline Beecham: www.gsk.com/index.htm
Warner Lambert: www.pfizer.com/main.html
Wyeth Lambert: www.wyeth.ie/index_flash.asp
Yamanouchi: www.yamanouchi.com/

INFORMATION TECHNOLOGYE SOFTWARE

Aldiscon: www3.logica.com/news/press/pr424.html
Accenture: http://careers3.accenture.com/xd/accenture.asp?id=xdoc/enWeb/homepage_LO1.xml
CBT: www.cbttape.org/

Clarix: www.filemaker.com/
Copusfast Software: www.perfast.com/
Corel: www3.corel.com/cgi-bin/gx.cgi/AppLogic+FTContentServer?pagename=Corel/Landing
Credo Software: www.credo-interactive.com/
Delphi Software: www.delphi.ie/
ESBI Computing: www.esbic.ie/
Ericsson: www.ericsson.ie/
Hitachi: www.hitachi-eu.com/
IBM/Lotus: www.lotus.com/home.nsf/welcome/ireland
ICL: <http://ie.services.fujitsu.com/>
IONA Technologies: www.iona.com/welcome.htm
Kindle banking System/Misys: www.kindle.ie/
Lendac Data System: www.lendac.ie/
Microsoft: www.microsoft.com/Ireland/
Oracle: www.oracle.com/
Premier information system: www.cisco.com/global/UK/
Priority Data: www.prioritydata.ie/
QuayFinancialSoftware: www.niceone.com/irl/subcat/25/2/0/0/Financial%20Software.html
Siemens Nixdorf: www.siemens.ie/
Silicon & Software Sistem: www.s3group.com/
Statistical Solution: www.statsol.ie/
Vision Computing: www.visioncomputing.com/
Xilinx: www.xilinx.com/

INGEGNERIA AUTOMOBILISTICA E AEROSPAZIA

ABB: www.abb.com/ie
Alcatel Cable: www.alcatel.com/
Alcoa: www.alcoa.com/
Allied Signal: www.honeywell.com/
AO Smith: www.aosmith.com/
Beru: www.beru.com/english/home/index.php
Betatherm: www.betatherm.com/
Bijur Lubrication: www.bijur.com/
Cooper Industries: www.cooperindustries.com/
Crown Equipment: www.crown.com/
Donnelly Mirror: www.donnelly.com/
Elastometal: <http://home.t-online.de/home/elastometal/> (sito in tedesco)
General Motors: www.gm.com/nonflash_homepage/
Groshopp: www.groschopp.com/
Jacobs Engineering: www.jacobs.com/
Kostal: www.kostal.com/
Kromberg & Schubert: www.kroschu.com/
Lapple: www.laepple.ie/en/

Legrand: www.legrand.co.uk (prodotti elettrici)
Liebherr: www.liebherr.com/us/
Mitsubishi Belting: www.mitsuboshi.co.jp/english/index.html
Moog: www.moog.com/
Ohshima: <http://homepage.tinet.ie/~jinx/Ohshima/osh2.htm>
Packo: www.fullwood.com/group.htm
Pauwels: www.pauwels.com/
Pratt & Whitney: www.pratt-whitney.com/
Radiac Abrasive: www.radiac.com/
Sifco Turbine: www.sifco.ie/
Simon Engineering: www.4gzone.co.uk/SimonEngineering/index.htm
Snap-Tite: www.snap-tite.com/
Thermo King: www.thermoking.com/
Trac Tech: www.tractech.com/
Volex: www.volex.com/
Wavin: www.wavin.ie/
Westinghouse: www.westinghouse.com/
Wilo: www.wilo.com/w3a/
Woco: www.woco.de/

TELESERVIZI

American Airline: www.aa.com/
AOL Bertelsmann: www.aol.de/start.jsp
Best Western: www.bestwestern.com/
Compaq: wwss1pro.compaq.com/support/home/index.asp
Corel: www3.corel.com/cgi-bin/gx.cgi/AppLogic+FTContentServer?pagename=Corel/Landing
Creative Labs: www.creative.com/
Dell: www.dell.com/us/en/gen/default.htm
Fexco : www.fexco.com/
Gateway 2000: www.gateway.com/index.shtml
Global Reservation: www.global-reservations.com/
Hertz: www.hertz.com/servlet/LoginServlet
IBM: www.ibm.com/ie/
ICT Eurotel: www.athlone.ie/
Iomega: www.iomega.com/
Korean air : www.koreanair.eu.com/
Lafferty: www.lafferty.com/
Oracle: www.oracle.com/
Radisson Hotels: www.radisson.com/RAD/RadissonHome.jsp
Ryanair: www.ryanair.com/
Software Spectrum: www.softwarespectrum.com/
UPS: www.ups.com/europe/ie/engindex.html
US Robotics: www.usr-emea.com/loc-index.asp?loc=unkg

3.3.3 INCONTRO DOMANDA-OFFERTA ON LINE

Si tratta di siti che offrono un servizio di incontro domanda-offerta *on-line* allo scopo di facilitare gli utenti nel trovare un lavoro o uno stage. Contengono varie informazioni ma, in generale, consentono di:

- consultare le offerte di lavoro *on-line*
- inserire il proprio CV
- accedere alle Banche Dati messe a disposizione *on-line*
- ricevere le offerte, direttamente al proprio indirizzo e-mail.

In molti di questi siti si trovano suggerimenti utili non solo per la ricerca di un'occupazione ma anche su come scegliere i corsi di formazione a seconda delle proprie esigenze o aspirazioni professionali.

Alcuni di questi siti sono rivolti principalmente a laureandi e laureati in cerca di prima occupazione. I siti che non menzionano l'argomento stage possono, comunque, essere utili per reperire indicazioni e indirizzi di aziende a cui inviare la propria candidatura di stage.

Alcuni esempi di siti italiani per l'incontro domanda-offerta:

GoJobsite Italia - www.gojobsite.it

Il sito offre un servizio di reclutamento *on-line* in Italia, Francia, Spagna, Irlanda, Gran Bretagna. Il sito non presenta una sezione dedicata allo stage ma offre la possibilità di inserire il proprio CV nell'apposita banca dati.

Job Advisor - www.jobadvisor.it

Il sito si rivolge ai laureati in cerca d'impiego o di primo impiego e offre diversi servizi tra cui:

- pubblicazione delle schede delle aziende e dei master inserzionisti
- bacheca *on-line* di annunci di ricerca di candidati per stage e lavoro
- newsletter tematiche.

Per il tema dello stage consulta in particolare la sezione *Offerte di lavoro e stage*.

Jobtel - www.jobtel.it

Ti segnaliamo in particolare, la sezione *Occasioni e opportunità* che contiene l'area dedicata a *stage e tirocini* dove sono selezionate:

- offerte di stage
- siti d'interesse
- la guida "Stage e tirocini" gratuitamente scaricabile.

Il sito, promosso dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, Ufficio Centrale OFPL e da Unioncamere, è ricco di informazioni, servizi e strumenti di orientamento.

Monsteritalia.it - www.monsteritalia.it/

Il sito contiene la banca dati *Cerca Lavoro* dove puoi trovare offerte provenienti anche dal resto d'Europa e dai paesi Extraeuropei, indicando come criterio di ricerca il paese desiderato, il settore professionale e la posizione che s'intende ricoprire.

Primolavoro - www.primolavoro.it

Il sito é dedicato esclusivamente a neolaureati, laureandi e neodiplomati in cerca di prima occupazione. Non prevede una sezione dedicata allo stage ma seleziona aziende e fornisce utili consigli a coloro che non hanno ancora maturato significative esperienze di lavoro.

StepStone - www.stepstone.it/

La sezione *International* del sito offre opportunità di lavoro internazionali in 12 paesi europei. Inoltre è possibile accedere alle pagine dedicate ai diversi paesi comunitari.

Talentcampus - www.talentcampus.it/

Il sito è specializzato in offerte di stage e di primo impiego per laureandi e neolaureati.

[Siti in lingua inglese e tedesca che possono essere utili per far conoscere in quei paesi la propria candidatura.](#)

Central Employment Search and Retrieval - www.cesar.de/

Il sito offre la possibilità di consultare offerte di stage nella sezione *Praktika* particolarmente interessante per coloro che aspirano a lavorare e fare stage in Germania.

Eurograduate Live - www.eurograduate.com/

Il sito offre l'opportunità d'interrogare la banca dati *Careers* che contiene migliaia di offerte provenienti da tutta Europa. E' possibile effettuare una ricerca per settore, per paese o per titoli di studio e professionali.

3.3.4 ISTITUZIONI

In questo paragrafo troverai alcuni siti delle principali Istituzioni che, a diverso titolo, affrontano il tema dello stage e dei tirocini all'estero. Questa parte è particolarmente utile per avere dei riferimenti istituzionali e capire quelle che sono le opportunità offerte dai programmi nazionali e comunitari.

CRUI - Conferenza dei Rettori delle Università Italiane - www.cru.it/tirocini1/index.htm

Contiene bandi di concorso del Ministero degli Affari Esteri per stage all'estero rivolti a studenti universitari iscritti all'ultimo anno di corso e laureati da non più di 18 mesi.

Europa Lavoro - www.europalavoro.it/

Sito ufficiale del Fondo Sociale Europeo in Italia. Si articola in due sezioni: una per tutti i cittadini e una per gli operatori. Nella sezione per i cittadini le informazioni sono suddivise per argomenti:

- la formazione professionale
- la ricerca del lavoro
- le modalità d'inserimento in azienda
- il lavoro autonomo e la creazione d'impresa.

Il sito è realizzato dall'Ufficio Centrale per la Formazione Professionale dei Lavoratori del Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali.

Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali - www.welfare.gov.it/

Il sito, strumento di informazione ufficiale del Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali italiano, permette di accedere alla banca dati E-Labor, il sistema nazionale di incontro domanda-offerta di lavoro. All'interno del sito sono raccolte le informazioni sulla normativa vigente in materia di lavoro e di tirocini.

Orientaonline - www.isfol.it/orientaonline/

Il sito facilita l'individuazione del profilo a cui candidarsi per un'esperienza di stage, infatti contiene dati ed informazioni dettagliate sulle professioni, organizzate secondo una *Mappa delle Aree Occupazionali*. Il sito è curato dall'Isfol.

Politecnico di Torino - www.polito.it/

Il sito dedica una sezione allo *Stage e Job Placement* con le informazioni suddivise in un'area destinata agli studenti e una alle aziende. Nella parte studenti puoi trovare suggerimenti su come formulare la tua ipotesi di stage e link utili all'argomento.

Programma Leonardo da Vinci - www.programmaleonardo.net/leo2/bacheca2.htm

Il sito offre l'elenco degli organismi che hanno presentato progetti finanziati nell'ambito del Programma Leonardo da Vinci. Il programma offre ai cittadini (diplomati e laureati) l'opportunità di compiere un'esperienza di formazione e lavoro in un altro Stato dell'Unione Europea.

Visionando il sito, oltre alla lista degli organismi, hai la possibilità di conoscere:

- la durata dello stage
- il paese di destinazione
- i requisiti richiesti ai candidati
- e date di scadenza per la presentazione delle domande.

Provincia di Siena - www.impiego.provincia.siena.it/

Il sito offre una sezione interamente dedicata al tema dello stage *Cerca un tirocinio/offri un tirocinio* nel quale si illustra la normativa vigente in Italia e le procedure. Le informazioni sono rivolte sia alle aziende e sia agli studenti o disoccupati, interessati a questo tipo di esperienze. Nel sito, oltre alla banca dati per la provincia di Siena, dove è possibile inserire la propria richiesta o offerta, c'è un link diretto al sito di *Sportello Stage*.

Sportello Stage - www.sportellostage.it/

Interamente dedicato al tema e alle opportunità di stage in Italia e all'estero, è ricco di consigli e servizi *on-line* sia per le aziende sia per i candidati stagisti. Sportello Stage è un servizio offerto dalla Provincia di Milano e dalla Regione Lazio, patrocinato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali ed è curato da ACTL - *Associazione per la cultura e il tempo libero*.

Università degli Studi di Trento - www.unitn.it/alumni/stage.htm

Contiene la sezione Stage in Italia e all'estero. Le opportunità presentate sono quelle offerte dall'Università di Trento e anche da altri organizzazioni. La sezione è ricca di link a siti ed enti che si occupano di stage e lavoro all'estero.

3.3.5 – PORTALI E MOTORI DI RICERCA

Nelle home page dei Portali web o dei Motori di Ricerca esiste spesso una **sezione** dedicata al **lavoro** con vari link utili ad esempio per:

- la ricerca del lavoro in generale
- il lavoro all'estero
- gli stage e i tirocini
- le tecniche di ricerca del lavoro.

Navigando avrai l'opportunità di consultare sia le offerte di lavoro e stage sia le indicazioni delle mansioni e dei profili ricercati dalle aziende. Altre volte i siti contengono una banca dati per l'inserimento dei CV, oppure forniscono informazioni sulle diverse modalità di invio dei curricula. Per ottenere le informazioni desiderate devi inserire delle parole chiave, ovvero l'argomento di tuo interesse, ad esempio: *offerta stage in Europa, tirocinio all'estero*.

I **Motori di Ricerca** sono utili perché censiscono e selezionano i siti Web presenti sulla rete Internet in base alla rilevanza e alla frequenza delle parole contenute. Se il tuo obiettivo è, ad esempio, quello di ricercare informazioni sul lavoro e sullo stage all'estero, affidandoti a un motore di ricerca potrai individuare molti siti che affrontano questo argomento pur ignorando il loro indirizzo (url).

I **Portali Web** operano da mediatore di informazione (*infomediario*) a favore degli utenti della Rete Internet. I Portali possono essere tematici, ciò vuol dire che affrontano in particolare un argomento: molto utili per la tua ricerca di informazioni sono i Portali sul tema del Lavoro o della Formazione che raccolgono e valorizzano molte informazioni, segnalazioni, risorse su questo preciso ambito.

Alcuni esempi di Portali web e Motori di Ricerca italiani che si occupano del tema del lavoro e della Formazione:

- Excite Italia - www.excite.it/lavoro
- MSN lavoro – www.msn.it/lavoro
- Lycos – www.lycos.it/dir/Universita_e_Lavoro/
- SuperEva Guide – http://guide.supereva.it/lavorare_all_estero/
- Tiscali > Canale lavoro – <http://lavoro.tiscali.it>
- Virgilio > canali > lavoro – <http://lavoro.virgilio.it/home/index.html>
- Yahoo Careers - <http://it.careers.yahoo.com>

3.3.6 – PROFESSIONI

Il paragrafo riporta alcuni dei principali siti che aiutano a capire il mondo delle professioni, le caratteristiche, le evoluzioni, le prospettive.

CENSIS – Centro Studi Investimenti Sociali - www.censis.it

Il sito può aiutare a comprendere meglio le evoluzioni del mondo del lavoro e delle professioni. Il Censis, da più di trent'anni, svolge una costante attività di studio, consulenza, valutazione nei settori vitali della realtà sociale, ossia la formazione, il lavoro, il welfare, le reti territoriali, l'ambiente, l'economia, lo sviluppo locale e urbano, il governo pubblico, la comunicazione e la cultura.

CNEL – Consiglio Nazionale e dell'Economia e del Lavoro - www.cnel.it/

Offre documenti sulle professioni, indagini ad hoc ed elementi statistici sugli sbocchi occupazionali.

Corriere Lavoro - www.corrierelavoro.it

Il sito dell'inserito sul Lavoro del quotidiano il *Corriere della Sera*, offre settimanalmente una rassegna di articoli sulle professioni emergenti.

Donna Lavoro Donna - www.donnalavoro.ticonuno.it

Contiene la descrizione di professioni significative per l'occupazione femminile.

Jobbe - www.Jobbe.it

Offre la descrizione di profili professionali significativi nella regione Emilia-Romagna. Jobbe è a cura dell'Associazione degli Industriali dell'Emilia Romagna.

Professioni - www.professioni.com

Il sito fornisce una rassegna di profili professionali nel mondo del web.

3.3.7 RIVISTE SPECIALIZZATE

Molte sono le riviste che affrontano il tema del lavoro e della formazione. Di seguito sono stati illustrati a titolo di esempio due siti che presentano informazioni utili per giovani interessati a partire per un'esperienza formativa e professionale in uno dei paesi europei.

Campus - www.campus.it

Il sito di CAMPUS, rivista mensile rivolta a studenti universitari, offre informazioni, notizie, suggerimenti sulla vita universitaria e sul mercato del lavoro. Ti consigliamo di "sfogliare" le diverse notizie riportate dal sito sul tema del lavoro e della formazione. Esiste all'interno del sito una sezione dedicata allo stage e lavoro riservata ai possessori di CartaSi Campus Web.

Career Book - www.careerbooklavoro.it

Il Sito della pubblicazione CAREER BOOK contiene articoli e approfondimenti utili per la ricerca del lavoro in Italia e in Europa. Puoi trovare, ad esempio, consigli e modelli per redigere il CV da inviare ad aziende in Francia, Regno Unito, Spagna, Germania.

3.3.8 SITI UTILI PER UNO STAGE IN FRANCIA

Nel paragrafo che segue sono indicati alcuni dei siti, in lingua francese, che possono risultare utili per ricercare uno stage in Francia. Alcuni non sono prettamente legati al tema dello stage ma forniscono informazioni e suggerimenti sul mondo del lavoro e sulla vita quotidiana.

AIDEMPLOI - www.aidemploi.com/

Il sito è una guida al lavoro e al mercato del lavoro, contiene:

- Banca dati sulle offerte di lavoro in Francia e nel mondo
- Banca dati di curriculum vitae
- Consulenza e formazioni
- Offerte di stage e lavoro stagionale
- Informazioni pratiche.

AFIJ (Agence Française pour l'Insertion des Jeunes) - www.afij.org

L'AFIJ si pone come obiettivo principale quello di facilitare e migliorare l'inserimento professionale degli studenti e dei giovani diplomati e laureati. Il sito fornisce molti consigli pratici e informazioni per trovare lavoro in un'azienda francese e una selezione di link di aziende, suddivise per settore, che accolgono giovani in stage.

ALLIANCE FRANCAISE - www.alliancefr.it

Il sito, disponibile nella versione in lingua italiana e francese, fornisce informazioni relative ai corsi, agli esami e ai diplomi ufficialmente riconosciuti e indicazioni su tutte le sedi *Alliance française* in Italia. L'istituto di cultura francese, *Alliance Française*, fondata nel 1883 per promuovere la lingua e la cultura francese, è un'associazione culturale senza scopo di lucro ufficialmente riconosciuta dal governo francese e considerata, a livello internazionale, garante della qualità dell'insegnamento.

ANPE (Agence Nationale pour l'Emploi) - www.anpe.fr

Si tratta del sito ufficiale dell'ANPE, ente pubblico legato al Ministero dell'*Emploi et de la Solidarité*, composto da circa 734 agenzie locali e 973 punti che lavorano in partenariato con altri servizi per realizzare l'incontro domanda-offerta di lavoro in Francia. Il sito offre molti strumenti pratici e informazioni utili per contattare le aziende francesi.

APEC (Agence Pour l'Emploi des Cadres) - www.apec.asso.fr.

Sito ufficiale delle Agenzie che si occupano dell'inserimento e della formazione dei quadri francesi. Sul sito sono disponibili documenti, news, banche dati e altri servizi.

CARIF (Centre d'Animation, de Ressources et d'Information sur les Formations) www.carif.asso.fr

Il CARIF é un'associazione finanziata dallo Stato francese e dal Consiglio Regionale, che presenta nel sito interessanti opportunità di stage nella sezione apposita *bourses aux stages*.

CIDJ (Centre Information Documentation Jeunesse)-www.infostages.com/html/legislation.asp

Si tratta del sito del CIDJ che corrisponde ai nostri Informagiovani italiani. La rete dei CIDJ è stata creata nel 1969 per iniziativa del *Ministère de la Jeunesse et des Sports*, è un'associazione che accoglie e informa gratuitamente i giovani su tutti i temi di loro interesse. Oltre all'ufficio centrale sono presenti su tutto il territorio francese, 32 centri regionali. Il sito affronta ampiamente il tema dello stage nella sezione *Offre de stage*.

CNOUS (*Centre National Œuvres Universitaires et Scolaires*) - www.cnous.fr/

Si tratta del sito del CNOUS, ente pubblico promosso dal Ministero della Gioventù, dell'Educazione Nazionale e della Ricerca. Il CNOUS coordina 28 centri regionali CROUS e ha come mission:

- migliorare e facilitare le condizioni di vita e di lavoro di due milioni di studenti che frequentano la formazione superiore in Francia
- accogliere gli studenti stranieri
- favorire la mobilità in Europa.

Il sito, disponibile anche in spagnolo e inglese, non affronta in modo esplicito il tema dello stage ma può esserti utile per comprendere la vita studentesca (regole e opportunità) in Francia.

Commerce et Industrie - www.acfci.cci.fr/

Il sito raccoglie le informazioni e i link di tutte le Camere di Commercio francesi. Fornisce gli elenchi dettagliati delle imprese, organizzate in settori merceologici, e le principali organizzazioni imprenditoriali francesi.

Diplomatie Française - www.diplomatie.gouv.fr

Il sito del Ministero degli Esteri non fornisce informazioni sullo stage ma può esserti utile se sei interessato a imparare o migliorare la lingua francese in Francia. Infatti sul sito troverai, annualmente, l'elenco dei corsi di francese per studenti stranieri che si tengono sia durante l'estate sia durante l'anno accademico. Nella rubrica *Venir en France* clicca nella sezione *Répertoire des centres de formation en français langue étrangère, en France* dove è proposto un repertorio non esaustivo ma controllato e aggiornato annualmente, dalla Direzione generale della Cooperazione Internazionale e dello Sviluppo francese, dei centri di formazione linguistica per stranieri.

EGIDE www.egide.asso.fr

Il sito di Egide offre informazioni riguardo all'accoglienza di studenti stranieri in Francia e riguardo le opportunità di studiare e formarsi in Francia. Egide coordina i progetti di mobilità e accoglie studenti e stagisti stranieri per conto del Ministero degli Affari Esteri francese.

FRANCE-ITALIE - www.france-italia.it/

Il sito, in versione bilingue, si configura come una sorta di portale della Francia in Italia. E' stato creato dall'Ambasciata di Francia in Italia con la partecipazione di tutte le istituzioni pubbliche francesi in Italia e si rivolge al pubblico italiano e francese, residente o in viaggio turistico in Italia. Vuole essere un legame tra i due paesi. E' concepito per costituire una guida all'accesso ai principali siti internet francesi di varia natura (dall'economia allo sport). In questo sito non si parla di stage ma può esserti utile per approfondire le tue conoscenze prima di partire per un soggiorno di studio e/o lavoro in Francia.

INFOSTAGE www.infostages.com

Sito curato dalla rete francese dei CDIJ - *Centre Documentation Information Jeunesse* (che corrisponde alla rete degli Informagiovani italiani) dedicato interamente al tema dello stage in Francia.

SESAME *Service des Echanges et des Stages Agricoles dans le Monde* - www.agriplanete.com/

Il Sito offre informazioni su stage in Francia e nel resto del Mondo, esclusivamente nel settore agricolo.

SUIO (*Service Universitaire d'Information et d'Orientation*) - www.univ-paris12.fr/www/scuio/

Si tratta di un buon esempio di sito dei servizi universitari di orientamento francesi. Si rivolge a studenti universitari ed è ricco di informazioni e di strumenti per la ricerca di uno stage. Ciascuna università francese ha il proprio servizio di informazione e orientamento (SUIO), ti consigliamo quindi di consultare i siti Internet dei diversi atenei.

Stages <http://membres.lycos.fr/practika/stages.html>

Sito che si definisce *consacré aux stages* fornisce effettivamente moltissimi link ad altri siti specializzati sul tema dello stage in Francia.

3.3.9 SITI UTILI PER UNO STAGE IN GERMANIA

Nel paragrafo che segue sono indicati alcuni siti in lingua tedesca che possono risultare utili per ricercare uno stage in Germania. Non tutti sono legati al tema dello stage ma forniscono informazioni e consigli sul mondo del lavoro e sulla vita quotidiana.

Absolute Beginners www.absolutebeginners.de

Sito disponibile in francese, inglese e tedesco ricco di informazioni e di offerte di stage in Germania.

Arbeitsamt Muenchen www.arbeitsamt.de/muenchen/

Sito dell'Ufficio del lavoro di Monaco – cui fanno capo i rapporti con l'Italia.

Cesar (*Central Employment Search and Retrieval*) - www.cesar.de/aufeinenblick.html

Il sito, disponibile anche nella versione inglese, offre nella sezione *International* informazioni e indicazioni per trovare uno stage in Germania.

Deutsch-Italienische Handelskammer - www.ahk-italien.it/it/servizi/italiagermania/italiagermania2.htm

Sito, anche in lingua italiana, della Camera di Commercio Italo tedesca che offre molti servizi e informazioni on-line. Il sito non affronta in specifico il tema dello stage ma può esserti utile per contattare le imprese italiane che hanno sede in Germania.

DIHK (*Der Deutsche Industrie- und Handelskammertag*) - www.dihk.de

Sito dell'Unione delle Camere di Commercio ed Industria tedesche che offre informazioni sulle aziende tedesche.

Prabo.de - www.praktikumsboerse.net/

Il sito, disponibile anche in francese e inglese, è dedicato allo stage in Germania. Offre servizi sia alle aziende sia agli studenti.

Praktika - <http://praktika.de>

Sito Internet dedicato al tema dello stage in Germania.

Studentenwerk - www.studentenwerke.de/

Il sito, disponibile anche in francese e inglese, si rivolge a giovani studenti interessati alla vita studentesca in Germania, infatti, raccoglie i siti dei diversi Uffici per il diritto allo studio tedeschi.

Universität Darmstadt - www.ipc.hg.tu-darmstadt.de

Il sito dell'Università di Darmstadt, disponibile anche nella versione inglese, offre informazioni e indicazioni per trovare uno stage in Germania.

Verkehrsamt - www.verkehrsamt.de/

Si tratta del sito ufficiale degli uffici turistici dei diversi Land, può esserti utile per organizzare il tuo soggiorno in Germania.

3.3.10 SITI UTILI PER UNO STAGE IN IRLANDA

Nel paragrafo che segue sono indicati alcuni siti in lingua inglese che possono risultare utili per ricercare uno stage in Irlanda. Non tutti sono legati al tema dello stage ma forniscono informazioni e suggerimenti sul mondo del lavoro e sulla vita quotidiana.

AGCSI (*Association of Graduate Careers Services in Ireland*) - www.gradireland.com

Sito dell'ufficio di coordinamento dei vari Centri di Orientamento alla Carriera che ha sede presso la DCU (*Dublin City University*). Nel sito sono offerti strumenti e schede informative sul lavoro per i giovani diplomati e laureati in Irlanda.

Enterprise Ireland - www.enterprise-ireland.ie

Sito dell'organizzazione responsabile dello sviluppo all'estero del commercio irlandese che opera a stretto contatto con l'ambiente universitario.

ICE (*Istituto per il Commercio Estero*) - www.ice.it

Sito che contiene informazioni riguardanti le aziende con vocazione internazionale.

FÁS (*Foras Áiseanna Saothair*) - www.fas.ie

Il FÁS, Servizio pubblico del lavoro promosso dal Ministero irlandese per l'impresa e l'occupazione,

è strutturato in una rete di agenzie pubbliche di collocamento e di centri di formazione che copre l'intero paese, offre informazioni sul mercato del lavoro e sulle aziende e svolge un ruolo attivo promuovendo corsi di formazione professionale. L'iscrizione al FÀS consente l'accesso a numerosi programmi di formazione e d'occupazione con finalità d'orientamento professionale, preparazione al lavoro, ecc. Non è tuttavia necessaria l'iscrizione per ricevere informazioni e consigli. Il sito offre informazioni relative a programmi di stage (*work placement, traineeship o internship*) ed è possibile accedere alla banca dati delle offerte di lavoro.

3.3.11 SITI UTILI PER UNO STAGE IN GRAN BRETAGNA

Nel paragrafo che segue sono indicati alcuni siti in lingua inglese che possono risultare utili per ricercare uno stage in Gran Bretagna. Anche se non tutti sono prettamente legati al tema dello stage possono risultare utili per le informazioni che forniscono sul mondo del lavoro e sulla vita quotidiana.

British Council - www.britishcouncil.it/ita/index.htm

Sito ufficiale del British Council in Italia. Offre informazioni sui diplomi di lingua inglese riconosciuti a livello internazionale.

Department of Trade and Industry - www.dti.gov.uk/er

Sito del Dipartimento del Commercio e dell'Industria britannico utile per ricercare informazioni sulla normativa inglese, sul mercato del lavoro e sulle aziende che commerciano con i paesi europei.

Netwise - www.netwise.ac.uk/graduates/getjob

Si rivolge a giovani diplomati e laureati e offre esempi e consigli per la ricerca attiva del lavoro nel Regno Unito.

Prospects - www.prospects.csu.ac.uk/workbank/main.stm

Sito, in lingua inglese, in cui sono elencate:

- offerte di stage in azienda,
- informazioni sui diversi profili professionali,
- informazioni sulle aziende e sugli indirizzi da contattare.

3.3.12 SITI UTILI PER UNO STAGE IN SPAGNA

Nel paragrafo che segue sono indicati alcuni siti in lingua spagnola che possono risultare utili per ricercare uno stage in Spagna. Anche se non tutti offrono informazioni sullo stage sono utili per i suggerimenti sul mondo del lavoro e sulla vita quotidiana.

CEOE (*Confederación Empresarial de Organizaciones Empresariales*) - www.ceoe.es

Sito delle Camere di Commercio spagnole. Offre informazioni e approfondimenti sul mercato del lavoro e sulla situazione economica spagnola.

Escuela Oficial de Idiomas - www.eidiomas.com

Sito della scuola di lingua spagnola per stranieri che offre informazioni sui corsi (inizio, durata, organizzazione, esami di accesso, diplomi rilasciati) rivolti a stranieri.

Expansion & Empleo - www.expansionyempleo.com

Il sito è una sorta di portale sulla ricerca del lavoro in Spagna. Offre i seguenti servizi:

- visionare le offerte di lavoro settimanalmente
- accedere, nella sezione *Formación*, a consigli su come realizzare un CV, una lettera di presentazione, un colloquio
- suggerimenti utili per inserirsi in imprese spagnole.

Fundación Universidad-Empresa - www.fue.es

Il sito ha una sezione dedicata al tema dello stage (*prácticas*) sia per studenti sia per laureati. Offre informazioni sulle opportunità e sui bandi disponibili. La Fundación è un consorzio che raccoglie tutte le Università (pubbliche e private) di Madrid.

INEM (*Instituto Nacional de Empleo*) - www.inem.es/ciudadano/p_empleo2.html

Sito ufficiale dei servizi per il lavoro spagnoli. Offre molte informazioni e servizi, anche per i lavoratori non spagnoli. In particolare la sezione del sito che ti segnaliamo aiuta a orientarsi riguardo ai principali contratti di lavoro.

Di seguito sono forniti alcuni suggerimenti su come redigere una lettera di accompagnamento al curriculum vitae.

Come si comincia

Se si risponde a un annuncio di lavoro pubblicato su un giornale, indicatelo chiaramente all'inizio della lettera e riprendete il riferimento:

" Oggetto: risposta al vostro annuncio pubblicato il giorno x sul giornale y"

Se vi autocandidiate, la lettera va indirizzata preferibilmente al responsabile del settore/ufficio dove vorreste lavorare (meglio se nella vostra ricerca siete riusciti ad averne il nome e il cognome) specificando chiaramente per quale posizione intendete candidarvi.

L'Azienda

La ricerca che avrete fatto sull'Azienda vi permetterà, a questo punto, di motivare il vostro interesse sia nel caso che rispondiate ad un annuncio sia nell'auto candidatura. In pratica occorre far capire perché avete scelto quell'Azienda: perché conoscete i loro prodotti, ritenete che abbia un marchio di prestigio, ne conoscete l'espansione sul mercato...ma attenzione ad esservi veramente documentati, se dovessero contattarvi, le informazioni dovranno risultare vere!

Perché proprio io

Subito dopo dovrete parlare di voi. Senza ripetere ciò che possono trovare nel CV che allegherete, avete poche righe per mettere a fuoco i punti di forza (*siete disposti a viaggiare molto, a trasferirvi, a fare tirocini e stage, conoscete bene una/due lingue*) e le caratteristiche personali (*vi adattate facilmente ad ambiti di lavoro diversi, siete estroverso, non avete problemi a rapportarvi con gli altri, siete rispettosi delle regole*) che fanno di voi un candidato ideale per quell'Azienda. Questo è sicuramente l'aspetto più difficile per chi è in cerca del primo impiego, ma occorre fare uno sforzo, valutare le proprie caratteristiche e aspettative (*studi, esperienze, hobbies*) e metterle in relazione con le esigenze dell'Azienda. Dite quello che pensate di poter offrire ma, per il momento, non sottolineate troppo che cosa vi aspettate in cambio.

Il colloquio

Questo è l'obiettivo vero della lettera e del CV. Motivate la richiesta specificando che vorreste avere l'opportunità di approfondire meglio ciò che avete illustrato durante un colloquio.

Saluti

Scegliete una frase convenzionale: Cordiali saluti o qualcosa del genere. Firmate la lettera e fatene una fotocopia da tenere come promemoria.

Di seguito sono forniti alcuni suggerimenti su come redigere un curriculum vitae.

Le aree del curriculum vitae

In generale possiamo individuare quattro aree principali che comprendono gli elementi indispensabili in ogni curriculum:

DATI PERSONALI

Il curriculum deve fornire all'azienda il tuo preciso recapito per consentire ai referenti aziendali di contattarti in modo rapido e certo

Nome e cognome

Il recapito telefonico deve essere affidabile: se l'azienda ti chiama chi risponde al telefono è in grado di raccogliere messaggi in una lingua straniera? Il messaggio automatico della tua segreteria telefonica è comprensibile anche ad uno straniero? Il tuo cellulare è raggiungibile da chi telefona dall'estero?

Indirizzo

Telefono e fax

e-mail

Data e luogo di nascita

Devi assicurarti sempre che l'azienda, se vuole contattarti, non incontri troppi problemi.

STUDI E FORMAZIONE

In questa area devi concentrare tutte le tue esperienze di studio e formazione professionale, presentando in modo chiaro i tuoi punti di forza e la tua preparazione generale.

In particolare è importante evidenziare in questa sezione del tuo curriculum quegli elementi specifici (scelte di studio, interessi scientifici, corsi di formazione) che possono avvicinarci alle attività e quindi agli interessi dell'azienda.

Devi anche evidenziare in modo chiaro e preciso le tue conoscenze linguistiche (specificando il livello ed i certificati conseguiti) e le tue competenze informatiche (segnalando i sistemi ed i programmi che sai utilizzare ed eventuali certificati conseguiti).

Non devi trascurare in questa sezione di segnalare tutte le esperienze di studio già realizzate all'estero ed eventuali seminari internazionali a cui hai partecipato attivamente.

ESPERIENZE PROFESSIONALI

I neodiplomati o neolaureati possono segnalare quelle esperienze (ad esempio, il volontariato, gli stage o brevi esperienze di lavoro stagionale) che comunicano all'azienda una positiva attitudine all'impegno e al lavoro.

Molto apprezzate sono la capacità di lavorare in gruppo, la leadership, l'autonomia e la capacità organizzativa (che si possono anche acquisire con attività di volontariato o con tirocini formativi).

Per chi può vantare esperienze professionali è importante presentare, in modo logico e coerente, tutti i precedenti periodi di lavoro (per essere significativi devono avere normalmente una durata superiore alle 4 o 5 settimane), evidenziando sempre le mansioni svolte ed i ruoli assunti

all'interno delle diverse organizzazioni aziendali.

Inoltre, è bene presentare le esperienze professionali particolarmente significative sia in termini di azioni svolte (*"assistente tecnico nell'area informatica della INFONET SPA, con compiti di assistenza ai clienti e creazione di siti web"*) sia di risultati (*"nel 2001 per la NEWMEDIA SRL ho realizzato la campagna di promozione per il lancio sul mercato di due nuovi prodotti di largo consumo nel comparto "igiene e bellezza"*).

INTERESSI E ALTRE INFORMAZIONI PERSONALI

Non si tratta solo di citare i viaggi, gli sport o gli hobbies, ma di trasmettere all'azienda delle informazioni che possano rappresentarti meglio e farti percepire come persona di "valore" e affidabile su cui investire.

L'obiettivo di questa sezione è quello di fare emergere le differenze personali, le caratteristiche che ti rendono diverso dagli altri e che possono facilitare la tua integrazione all'interno della "squadra" che già lavora in azienda.

Questa parte deve integrarsi con le altre sezioni del curriculum, confermando e consolidando l'immagine che vuoi dare di te all'azienda.

Spesso questa sezione integra quelle competenze che non riusciresti altrimenti ad esprimere attraverso le esperienze formative o professionali.

I laureati in materie umanistiche potrebbero inserire tra gli interessi l'informatica, mentre i laureati in materie tecniche potrebbero integrare il proprio curriculum con attività sociali e culturali.

INFINE ALCUNI SUGGERIMENTI TECNICI PER IL TUO CURRICULUM

- creare un'intestazione di pagina scrivendo in alto a sinistra il tuo nome, cognome, indirizzo, recapiti telefonici, indirizzo e-mail
- ripetere l'intestazione nelle pagine seguenti alla prima, magari usando un carattere più piccolo, nel caso si perdesse il primo foglio
- inserire la numerazione delle pagine del tipo 1/3, in modo che chi legge si renda immediatamente conto che sta leggendo la prima di un totale di tre pagine
- lasciare ai bordi un spazio bianco (2-3 cm) e usare un'interlinea non troppo stretta (1,5 se possibile), in modo da fornire ai selezionatori spazio sufficiente per scrivere delle note al tuo curriculum
- dove possibile usare la forma degli "elenchi puntati o numerati".

CHECK LIST

Prima d' inviare il tuo curriculum verifica se risponde alle seguenti caratteristiche:

LE 8 "C" DEL CURRICULUM

Corretto

Il curriculum deve essere riletto più volte, verificando parola per parola: quando un'azienda riceve un documento che contiene imperfezioni (a volte anche errori ortografici!) non è mai una buona presentazione per chi lo ha scritto (se non viene considerato ignorante, sarà comunque etichettato come una persona poco attenta). Soprattutto nelle parole straniere è facile confondersi e fare degli errori che possono compromettere la tua ricerca dello stage (l'azienda darà molto peso alla conoscenza della lingua). Se non ti senti completamente sicuro fai leggere il tuo curriculum ad amici o se possibile ad esperti presso centri di orientamento.

Conciso

Un curriculum troppo lungo ha molte probabilità di non essere letto fino alla fine: in azienda non c'è mai troppo tempo da dedicare a tutti i curricula che arrivano. Ogni voce del tuo curriculum non deve superare le 2-3 righe e devono essere evitate ripetizioni e notizie inutili. Evita di allegare altri documenti (come la fotocopia del libretto universitario, attestati e certificati, lettere di referenza, ecc.), se non espressamente richiesti. Se hai svolto delle ricerche specifiche su temi di interesse per l'azienda, puoi allegare una breve sintesi alla lettera di accompagnamento (spiegando il motivo per cui la stai inviando).

Chiaro

Quando scrivi la tua storia e racconti esperienze che solo tu hai vissuto è facile dare per scontate conoscenze che gli altri non hanno. Se nel tuo curriculum scrivi tra le esperienze professionali "collaborazione nell'impresa di famiglia" per te questa espressione è del tutto chiara, ma per gli altri è del tutto incomprensibile perché la parola "collaborazione" non specifica il "tipo" di attività svolta e soprattutto perché "l'impresa di famiglia" non ci dice nulla sulle caratteristiche e le dimensioni dell'azienda devi quindi evitare ogni espressione che per gli altri possa risultare ambigua.

Curato e graficamente gradevole

Con l'aiuto della videoscrittura puoi oggi rendere il tuo curriculum più gradevole, evidenziando con le soluzioni grafiche disponibili (neretti, sottolineature, corsivi, bordi e sfondi) le parti più interessanti del tuo percorso formativo e professionale. Inoltre un curriculum graficamente curato dimostra all'azienda le tue competenze informatiche nell'ambito dell'office automation.

Cortese

La cortesia si legge tra le righe ed assume i toni informali e pacati del tuo curriculum. Molti continuano a presentarsi con curricula estremamente burocratici e con lettere scortesie nel tono e nelle formule usate. Soprattutto per i curricula internazionali è importante porre attenzione ai toni ed alle forme di cortesia.

Coinvolgente

Un curriculum deve essere interessante, ovvero pensato per chi lo legge (e non per chi lo scrive). Sono quindi da evitare formule forzatamente spiritose o elaborazioni eccessivamente originali. Usare per esempio una carta pregiata (o colorata) può essere una strategia per far notare subito il tuo curriculum in mezzo agli altri, ma crea un "effetto-boomerang" se poi i contenuti non sono all'altezza delle aspettative dei selezionatori.

Coerente

La coerenza nel curriculum è un "filo rosso" che collega in un percorso logico le diverse esperienze formative e professionali che presenti. La coerenza si esprime anche rispetto alle tue competenze e alle tue aspirazioni lavorative. Chi ha molte esperienze deve in questo senso riorganizzare il proprio curriculum in modo da evidenziare il tipo di professionalità che via via la persona si è costruita.

Congruente

Il curriculum deve essere congruente rispetto ai requisiti minimi richiesti dalle aziende. Se vuoi svolgere uno stage a Londra, devi prevedere una voce nel curriculum che spiega chiaramente quale è la tua attuale conoscenza della lingua inglese.

FORMATO EUROPEO PER IL CURRICULUM VITAE



INFORMAZIONI PERSONALI

Nome (COGNOME, Nome e, se pertinente, altri nomi)

Indirizzo (Numero civico, strada o piazza, codice postale, città, paese)

Telefono

Fax

E-mail

Nazionalità

Data di nascita (Giorno, mese, anno)

ESPERIENZA LAVORATIVA

● Date (da – a) (Iniziare con le informazioni più recenti ed elencare separatamente ciascun impiego pertinente ricoperto.)

- Nome e indirizzo del datore di lavoro
 - Tipo di azienda o settore
 - Tipo di impiego
 - Principali mansioni e responsabilità

ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- Date (da – a) (Iniziare con le informazioni più recenti ed elencare separatamente ciascun corso pertinente frequentato con successo.)
- Nome e tipo di istituto di istruzione o formazione
- Principali materie / abilità professionali oggetto dello studio
 - Qualifica conseguita
- Livello nella classificazione nazionale (se pertinente)

CAPACITÀ E COMPETENZE PERSONALI

Acquisite nel corso della vita e della carriera ma non necessariamente riconosciute da certificati e diplomi ufficiali

PRIMA LINGUA

(Indicare la prima lingua)

ALTRE LINGUE

(Indicare la lingua)

- Capacità di lettura (Indicare il livello: eccellente, buono, elementare.)
- Capacità di scrittura (Indicare il livello: eccellente, buono, elementare.)
- Capacità di espressione orale (Indicare il livello: eccellente, buono, elementare.)

CAPACITÀ E COMPETENZE
RELAZIONALI

Vivere e lavorare con altre persone, in ambiente multiculturale, occupando posti in cui la comunicazione è importante e in situazioni in cui è essenziale lavorare in squadra (ad es. cultura e sport), ecc.

(Descrivere tali competenze e indicare dove sono state acquisite.)

CAPACITÀ E COMPETENZE
ORGANIZZATIVE

Ad es. coordinamento e amministrazione di persone, progetti, bilanci sul posto di lavoro, in attività di volontariato (ad es. cultura e sport), a casa, ecc.

(Descrivere tali competenze e indicare dove sono state acquisite.)

CAPACITÀ E COMPETENZE
TECNICHE

Con computer, attrezzature specifiche, macchinari, ecc.

(Descrivere tali competenze e indicare dove sono state acquisite.)

CAPACITÀ E COMPETENZE
ARTISTICHE

Musica, scrittura, disegno ecc.

(Descrivere tali competenze e indicare dove sono state acquisite.)

ALTRE CAPACITÀ E COMPETENZE
Competenze non precedentemente indicate

(Descrivere tali competenze e indicare dove sono state acquisite.)

PATENTE O PATENTI

ULTERIORI INFORMAZIONI

(Inserire qui ogni altra informazione pertinente, ad esempio persone di riferimento, referenze ecc.)

ALLEGATI

(Se del caso, enumerare gli allegati al CV.)

3.7 - COLLOQUIO DI DEFINIZIONE DELLO STAGE

Ecco alcuni semplici consigli su come presentarti al tuo primo colloquio con l'azienda per definire il tuo periodo di stage:

- concentrati sulle cose che ti sei proposto di dire in fase di colloquio, quelle che meglio possono descrivere il tuo obiettivo professionale e le tue aspirazioni. Cerca di descrivere con chiarezza gli interessi personali che ritieni possano essere "spesi" all'interno dell'azienda
- guarda sempre i tuoi interlocutori negli occhi (ti sarà utile per capire se l'ascolto è attivo). Se il discorso si dovesse "inceppare", riparti con un sorriso sincero o con una breve osservazione personale che renda la conversazione meno rigida e formale
- assicura i tuoi interlocutori che il tuo stage non interferirà in alcun modo con la normale attività dell'ufficio/reparto e che il tuo progetto di stage potrà portare un beneficio (anche minimo) all'azienda che ti ospita
- presenta in modo naturale e pertinente tutte le informazioni che sei riuscito a trovare sull'azienda, sul mercato, sugli obiettivi, sui processi produttivi e distributivi, chiedendo ai tuoi interlocutori di integrare e correggere le tue informazioni
- cerca di non monopolizzare la conversazione, non rispondere di getto né interrompere. Ricordati che avrai tutto il tempo per pensare e formulare meglio le tue risposte. E' invece molto importante ascoltare e chiedere spiegazioni se qualcosa non ti è chiaro. La tua non perfetta conoscenza della lingua ti "autorizza" a chiedere sempre un ulteriore chiarimento (attraverso una riformulazione della domanda)

Nella parte **finale del colloquio**, quando l'azienda ti formula una proposta, in termini di orario, ruolo e mansioni, rifletti su alcuni aspetti importanti:

- solitamente la proposta rappresenta per l'azienda il miglior compromesso tra le tue richieste e le concrete possibilità che in quel momento il responsabile del settore è in grado di offrirti
- prima di accettare o rifiutare tale proposta, potresti proporre un termine di due settimane per verificare l'andamento del tuo stage ed eventualmente ridefinire nuovi obiettivi in caso di prestazioni o risultati non soddisfacenti
- non sottovalutare mai l'offerta dell'azienda: una mansione all'apparenza semplice può infatti rivelarsi estremamente complessa (con il rischio quindi di ritrovarti a dover giustificare un inatteso fallimento!)
- molte aziende considerano lo stage come una "prova delle motivazioni" per nuovi aspiranti collaboratori e quindi inseriscono i giovani tirocinanti in contesti e ruoli considerati non "gratificanti" per verificare il livello di "tenuta" e serietà delle motivazioni (una volta si diceva "per fare la gavetta"!)

3.8 - MAPPA DEL CONTESTO AZIENDALE E DIARIO DELLO STAGE

Riuscire a comprendere il contesto dove vai a svolgere lo stage significa poter individuare in anticipo possibili situazioni di difficoltà e poter, quindi, organizzare adeguate strategie di comportamento per fronteggiare i problemi con più tranquillità. Inoltre la conoscenza dell'organizzazione che ti ospita ti aiuterà a perseguire con più efficacia i tuoi obiettivi di stage.

Caratteristiche dell'azienda

- quando e come è nata
- come si è modificata nel tempo
- quali prodotti/servizi offre
- a chi vengono offerti (target)
- dove (mercato)

Organizzazione aziendale

- in che reparti/uffici è suddivisa l'azienda
- quali sono le caratteristiche del tuo reparto

La tua posizione

- come viene definita (titolo) e quale è la sua funzione (a quali bisogni aziendali risponde)
- quali sono i compiti principali da svolgere
- con quali modalità riceverai le comunicazioni e le istruzioni
- qual'è il tuo livello di autonomia
- quali strumenti e tecnologie utilizzi
- con chi avrai rapporti (dentro e fuori l'azienda)
- chi ricopre abitualmente la tua posizione (quali percorsi formativi e professionali sono necessari per ricoprire questa posizione)
- quali sono le prospettive di evoluzione di questa posizione professionale
- in quali altri contesti potresti ritrovare questo ruolo professionale

Affrontare un'esperienza di stage all'estero è un po' come esplorare un mondo nuovo e sconosciuto: come hanno fatto i grandi esploratori del passato, potrebbe esserti molto utile tenere scrupolosamente un "diario di bordo" che chiameremo "**il quaderno di stage**": all'inizio ti sembrerà un lavoro superfluo ma, quando ritornerai in Italia, rileggere il diario dei giorni trascorsi all'estero ti aiuterà a valorizzare quanto appreso in situazioni che, nel quotidiano, possono apparire ovvie e banali ma che, nel lungo periodo, rappresentano la vera ricchezza di questa esperienza.

IL QUADERNO DI STAGE

Nelle pagine del tuo quaderno di stage, puoi annotare, giorno per giorno:

- attività che hai potuto osservare
- mansioni che hai svolto direttamente
- nuove informazioni che hai acquisito
- ciò che hai imparato a fare
- problemi che hai, eventualmente, incontrato rispetto:
 - al tuo ruolo professionale
 - al tuo inserimento in azienda e al rapporto con i colleghi
 - alla tua parziale conoscenza della lingua o della cultura locale
 - soluzioni che hai adottato
 - sensazioni che hai provato
 - episodi che ti hanno colpito
 - tuoi pensieri, osservazioni, commenti.

Il certificato EUROPASS-FORMAZIONE è stato istituito con la Decisione del Consiglio d'Europa del 21 dicembre 1998 e rappresenta una delle iniziative comunitarie volte a favorire la mobilità dei cittadini degli stati dell'Unione. Per realizzare, di fatto, un mercato del lavoro a livello europeo è necessario favorire la mobilità dei cittadini attraverso il riconoscimento di un valore comune alle esperienze di formazione e di lavoro svolte all'estero. La capacità di formarsi e di lavorare in un ambiente plurilingue contribuisce, infatti, al pieno sviluppo di una cittadinanza europea e valorizza al tempo stesso le diverse culture nazionali.

EUROPASS-FORMAZIONE, entrato in vigore il 1 gennaio 2000, è uno strumento che, seppure parzialmente, risponde all'esigenza di creare uno spazio europeo della conoscenza attraverso un supporto reale alle azioni di mobilità delle persone e allo sviluppo di una prassi che consenta di dare visibilità alle attività formative svolte all'estero.

EUROPASS-FORMAZIONE è un documento comunitario che attesta ufficialmente la realizzazione di uno o più percorsi europei di formazione in alternanza e conferisce credibilità a questi percorsi in quanto garantisce il rispetto dei criteri comuni di qualità condivisi dai vari Paesi che partecipano all'iniziativa. EUROPASS si propone di garantire la "trasparenza" dei percorsi formativi effettuati all'estero (anche se svolti all'interno di una azienda in forma di stage).

Il sistema si basa sul coinvolgimento di diverse istituzioni che operano nei vari paesi che aderiscono all'iniziativa: il libretto EUROPASS è rilasciato da un Punto di Contatto nazionale e sarà via via compilato dai diversi organismi nel percorso di formazione (ente promotore, centro di formazione, azienda, ecc.) e sottoscritto dal beneficiario (nel caso dello stage, dal tirocinante).

Per ogni informazione sul sistema **EUROPASS** è necessario visitare il sito Internet ufficiale al seguente indirizzo: www.europass-italia.it.

3.10 - LA VALUTAZIONE DELLO STAGE

Al termine di uno stage all'estero è importante capire e rielaborare i vari saperi che si sono accumulati durante l'esperienza. Ti proponiamo una scheda per aiutarti ad organizzare in modo sintetico le conoscenze e abilità acquisite e/o potenziate durante lo stage all'estero. Quando hai finito confronta il tuo curriculum con i dati che emergono dalla scheda e fai gli opportuni aggiornamenti.

1. CONOSCENZE TEORICHE: SAPERE

Nuove	Potenziate
<i>(Sono conoscenza nuove, che non avevi prima)</i>	<i>(Sono conoscenze che già in parte avevi, ma che sono state potenziate attraverso lo stage)</i>
Esempio: conoscenza della struttura di una azienda del settore viticolo in Francia	

2. ABILITÀ OPERATIVE - COMPETENZE: SAPER FARE

Nuove	Potenziate
	<i>Esempio: ho migliorato la mia capacità di utilizzare il computer per gestire dati e tabelle</i>

3. CAPACITÀ TRASVERSALI: SAPER ESSERE

Nuove

Potenziare

Esempio: ho gestito per la prima volta il rapporto con un client

Esempio: ho migliorato la mia capacità di decidere da solo

.....
.....
.....
.....
.....

4. PUNTI DEBOLI: SITUAZIONI IN CUI MI SONO TROVATO IN DIFFICOLTÀ

Descrivi le situazioni...

.....

5. PUNTI DI FORZA: SITUAZIONI IN CUI MI SONO SENTITO PROFESSIONALMENTE ADEGUATO AI COMPITI ASSEGNATI E AL RUOLO SVOLTO

Descrivi le situazioni...

.....

3.11 - LO STAGE DI PAOLA. LO SPECCHIO INTERCULTURALE

PRIMA DI PARTIRE

“Buon viaggio e buon lavoro!” Ci augurano tutti prima di partire. Senz’altro sarà un buon viaggio e un’ottima opportunità di lavoro. Fin dall’inizio sappiamo che questa volta non è una vacanza. Forse conosciamo già il paese dove andremo a fare lo stage oppure non lo conosciamo affatto, perché non siamo mai stati all’estero. Non importa, per tutti sarà un’esperienza nuova e importante. E come per tutte le cose nuove e importanti dovremo impegnarci perché il risultato dipenderà prevalentemente da noi.

BUON VIAGGIO E BUON LAVORO

Paola è stata accettata per fare uno stage, come *Praktikantin* al Dipartimento Risorse Umane della Deimarler a Stoccarda, in Germania. Era già stata all'estero, in passato, in occasione di alcune vacanze, ma questa volta partirà per sei mesi. E' emozionata, felice di partire, ha dovuto fare due colloqui prima di essere accettata. Per lei è una grande occasione per mettere a frutto i suoi studi in gestione delle risorse umane e sviluppo organizzativo. Prima, però, vuole salutare un po' di amici e parenti e organizza una grande festa. Vengono tutti quelli che ha invitato, e soprattutto le sue amiche della squadra di pallavolo con cui gioca da nove anni. Si aspetta che tutti condividano la sua felicità e che le riconoscano il suo primo successo professionale. Le amiche però non sono così contente; Giovanna specialmente, con cui è cresciuta, le esprime molti dubbi dal momento che conosce bene la Germania. Sua madre è tedesca e tutta la famiglia ha spesso occasione di andare in quel Paese a cui, nonostante tutto, Giovanna non riesce ad affezionarsi. Ma non c'è solo questo, infatti a Paola rincresce molto lasciare la sua squadra di pallavolo, sa che quando tornerà ci sarà una sostituta al suo posto e questo pensiero la fa soffrire anche se pensa che, forse, non avrà neanche più il tempo per giocare. E poi c'è Franco, il suo fidanzato, lui non la potrà seguire questa volta; non è contento, ma capisce che è un'occasione che Paola non si deve lasciare scappare, così, pur non mostrando troppo entusiasmo, non la ostacola. Paola si sente sola ancora prima di essere partita. Teme di aver fatto il passo più lungo della gamba. Fa bene a partire comunque?

Sapete dove andrete, sapete in che cosa consiste uno stage e state imparando a conoscere le vostre capacità personali e le vostre competenze professionali. Probabilmente avete anche già letto qualche cosa e raccolto informazioni sul paese, sull'azienda o sull'organizzazione dove andrete a fare lo stage. Avete salutato parenti e amici. Qualcuno vi compiange, altri vi invidiano, alcuni si preoccupano

pano, altri si entusiasmano con voi. Questo è il momento in cui emozione, ansia, eccitazione, paura, felicità, preoccupazione, curiosità, coraggio, sfida si alternano quasi senza controllo. Il vostro stato d'animo vive alti e bassi. Anche se siamo abituati ad essere valutati individualmente, attraverso esami di profitto universitari, altre prove attitudinali, concorsi o magari anche già qualche colloquio di lavoro, partire per uno stage all'estero significa abbandonare la protezione del gruppo in cui ci riconosciamo. La protezione della famiglia, la protezione della classe, del gruppo di amici con cui stiamo bene. E significa entrare in un gruppo nuovo, comunicare in un'altra lingua, farsi capire e accettare dalla gente, farsi apprezzare professionalmente.

SIAMO CONVINTI?

Paola ci ha pensato a lungo confrontandosi anche con gli amici e soprattutto con Luigi che sta per vivere un'esperienza simile alla sua. Luigi, infatti, è in partenza per Barcellona, dove farà uno stage di due mesi al Museo Picasso. Ha scelto Barcellona perché è abbastanza vicina a Torino, dove abita. Conosce un po' la Spagna perché ci è andato in vacanza e poi lo spagnolo non è così diverso dall'italiano. Tutti gli amici con cui si è laureato in "Gestione dei beni culturali" sono già stati all'estero per fare degli stage e sono tornati entusiasti. Lui non ha mai voluto partire, ma ora si rende conto che la sola laurea non è più sufficiente per trovare lavoro. Tra l'altro Paolo, il suo compagno di studi, è rimasto a Parigi, dove l'*Institut du Monde Arabe* gli ha offerto un contratto per un anno. Luigi si sente a disagio ad essere l'unico che non ha ancora fatto stage all'estero, ma non è neanche troppo convinto di partire, così ne ha parlato con il suo professore di Storia dell'arte contemporanea, con cui ha più confidenza. Il Prof gli ha ribadito che è un ragazzo in gamba, brillante, che ce l'ha sempre fatta e, di sicuro, ce la può fare anche questa volta. Luigi non vuole fallire, non ha mai fallito, è sempre stato il più bravo all'università, non vuole fare una brutta figura con i suoi amici, tanto meno con il suo professore. Cosa deve fare? Che cosa si deve aspettare? Si sente proprio pieno di dubbi.

In passato, la maggior parte degli italiani che andavano all'estero erano lavoratori con poche, o poco riconosciute, qualifiche professionali, costretti ad emigrare dall'Italia alla ricerca di condizioni di vita e opportunità di lavoro migliori. Oggi la situazione è cambiata, la maggior parte degli italiani non va all'estero per necessità. Ci va per scelta, per offrire un lavoro qualificato, per acquisire competenze e per inserirsi in un mercato del lavoro sempre più competitivo e internazionale. Ma occorre essere convinti di partire. Non basta sapere che è utile e che lo fanno

in molti. Un'esperienza di lavoro all'estero comporta due sfide: andare all'estero e andarci per lavorare. Sottovalutare la prima significa compromettere la seconda. Se non siamo preparati a vivere all'estero, tanto meno riusciremo a lavorarci. Se non impariamo a gestire modi di fare diversi dai nostri, tanto meno potremo integrare ed essere operativi con chi è diverso da noi.

LA LINGUA

Paola invece è profondamente convinta che l'opportunità di questo stage le permetterà di dare una svolta alla sua vita professionale: si è preparata con impegno a questa esperienza, ha frequentato un corso per migliorare la sua conoscenza del tedesco, che aveva studiato per tre anni a scuola, ed ha raccolto più informazioni possibili sulla Germania con la speranza di non sentirsi troppo spaesata una volta arrivata a Stoccarda. Si ricorda della sua amica Alexandra Brunschwich, che è nata e vive in Italia. Suo padre è tedesco e ha sempre parlato in tedesco con lei. In questo modo Alexandra ha imparato questa lingua senza dover andare in Germania e senza fare molta fatica. In realtà Alexandra si sente italiana, ha fatto tutte le scuole in Italia, ha solo amici italiani e in Germania ci va solo per visite brevi ai parenti del padre. Ora ha l'opportunità di fare uno stage presso la sede dell'Onu a Vienna. E' stata scelta anche perché conosce bene il tedesco, ma anche lei ha qualche problema. Alexandra non è mai stata in Austria. Sa che l'accento è diverso e soprattutto sa che gli austriaci non sono uguali ai tedeschi. Non sa esattamente in che cosa consistano queste diversità, ne ha solo sentito parlare, ma non ha mai incontrato un austriaco. Alexandra è preoccupata di come la tratterà la gente. Come una tedesca? Il suo cognome farà pensare alla gente che lei viene dalla Germania. Quando parlerà, potrà spiegare che viene dall'Italia. Ma sarà improbabile che la considerino un'italiana. Che cosa si nasconde dietro a una lingua? Che cosa c'è al di là della lingua? Che cosa si deve sapere, oltre alla lingua, per poter comunicare con la gente?

"Do you speak... Parlez-vous... Hablas usted... Sprechen Sie..." A little... En peu... Un poquito... Ein bisschen... La lingua è la prima preoccupazione quando si va all'estero. A meno che non si abbiano avuto occasioni personali di impararla, è difficile che le conoscenze scolastiche siano sufficienti per permettere di esprimerci bene in una lingua straniera. E' quindi giusto preoccuparsi di acquisire una certa competenza linguistica prima di partire. In Italia solo pochi hanno investito su questo aspetto. Chi è già stato all'estero, si è accorto che ci sono, invece, molti giovani di Paesi diversi che se la cavano piuttosto bene con le lingue. Una

buona conoscenza della lingua è indispensabile per chi vuole inserirsi come attore socialmente e professionalmente attivo. Ma, se non conoscere le lingue straniere può essere un serio svantaggio, non dobbiamo pensare che conoscere una lingua significhi conoscere un paese, la sua cultura, le sue usanze, i modi di fare della sua gente. Una lingua non è un semplice capo d'abbigliamento che possiamo utilizzare come uno strumento quando ci serve. E' necessario conoscere e saper riconoscere i gesti, che hanno significati diversi nelle diverse culture. E' poi utile conoscere le abitudini, le tradizioni e le regole sociali che sottostanno a qualsiasi relazione interpersonale, sia professionale che informale.

ED ORA LA VALIGIA ...

Dopo aver preparato tutto quello che le sembra necessario portare con sé, Paola si accorge che nessuna delle valigie che aveva a casa è abbastanza grande per contenere tutto. Non le sembrava di aver esagerato! D'altra parte l'agente di viaggio le ha raccomandato di rispettare il limite di peso di 20 kg per il bagaglio e Paola ha provato a mettere le sue cose in due borsoni che trova a casa per poterli pesare: 28 kg! Deve eliminare quasi un terzo di quello che desiderava portare con sé e le sembra impossibile. Dovrà stare via sei mesi e Stoccarda è una città fredda; ha comprato due maglioni nuovi e un paio di scarpe pesanti per l'occasione. Avrà incontri di lavoro formali e avrà bisogno di abiti adeguati. E poi ci sono i libri, qualcosa da leggere la sera, i CD, qualche foto. Quanto possono pesare alcune fotografie? No, quelle proprio no, non vuole lasciarle. E il resto? Irrinunciabile! Ma come la metterà con il limite di peso? E poi dovrà anche portarsi i borsoni dall'aeroporto alla stazione, da lì prendere il treno e un autobus. Paola è sopraffatta. Non si sarebbe mai immaginata che il bagaglio potesse già rappresentare un problema. Da dove deve cominciare per risolverlo?

"Non hai dimenticato niente?" Quando prepariamo una valigia per partire, molti ci fanno questa domanda e spesso la facciamo anche a noi stessi. Non dimenticare niente significa non lasciare a casa le cose che riteniamo indispensabili: passaporto, biglietti, documenti di lavoro, soldi, vestiti, il nostro profumo preferito, le nostre forbici per le unghie, la nostra schiuma da barba, ecc., ecc. Ognuno ha il proprio metodo per fare una valigia. C'è chi prepara liste minuziose e chi butta tutto dentro, a mano a mano che gli viene in mente quello che può servire. A volte capita di dimenticare qualche cosa. Magari ci viene in mente quando siamo appena partiti, sulla scaletta dell'aereo o nel vagone-ristorante del treno. All'inizio ci viene un tuffo al cuore, poi cominciamo a pensare a come rimediare. Possiamo farcelo spedire, oppure lo possiamo comprare, oppure ancora decidia-

mo che possiamo rinunciarvi. Alla fine, spesso, scopriamo che poche cose sono veramente "indispensabili" per viaggiare.

"Hai preso tutto?" Questa è una domanda diversa. Un conto è non dimenticare quello che sappiamo fin dall'inizio che ci servirà. Un altro è saper prevedere che cosa ci servirà in un posto che non conosciamo. Forse farà più freddo e allora dovrei prevedere vestiti più pesanti. Forse l'ambiente di lavoro sarà più formale e quindi dovrei pensare ad un abbigliamento adeguato. Forse il cibo sarà diverso e più pesante e ci vengono in mente medicinali, digestivi, lassativi, calmanti.

E' questo il primo momento in cui ci confrontiamo con un mondo diverso dal nostro. Anche se andiamo in un paese europeo, ormai con la nostra stessa valuta, con gli stessi prodotti commerciali delle catene multinazionali, sappiamo che non sarà come a casa. E' bene allora rassegnarsi subito che non sapremo mai se avremo "preso tutto", perché il "tutto" che ci serve a casa nostra, nel nostro ambiente, può essere insufficiente o eccessivo da un'altra parte.

SI PARTE!

E' arrivato il momento tanto atteso. All'aeroporto Paola è stata accompagnata da suo fratello Luca e da Franco, il suo ragazzo.

Luca non parla, abbraccia Paola con ammirazione e un po' di invidia. Paola se ne accorge e gli sorride in segno di gratitudine. Si ricorda che l'ha aiutata molto in questa decisione. Luca le dà una pacca affettuosa sulla spalla e si allontana di qualche passo per lasciare che Franco la saluti. Un bacio, una carezza tra i capelli, un abbraccio strettissimo dicono più di tante parole e mille promesse.

I tre si separano, ognuno va per la propria strada. Sono felici di essere riusciti a comunicare così in profondità. Quante cose si sono dette Paola, Franco e Luca senza bisogno di parlarsi?

Una pacca sulla spalla... e via! Adesso siamo arrivati veramente agli ultimi saluti, prima di congedarci da tutti e iniziare la nostra avventura. In certi momenti le parole diventano superflue, basta uno sguardo, un sorriso, una pacca sulla spalla per dirsi tutto, anche di più di quello che ci potremmo dire con le parole. Ci si capisce al volo, ci si fanno promesse, auguri, si scambiano gesti di affetto e di incoraggiamento. Il tutto con piccoli movimenti della bocca, degli occhi, della testa, del corpo. Non dobbiamo nemmeno pensarci. Il corpo parla da solo, i movimenti sono automatici.

Il comportamento non verbale è uno strumento di comunicazione importante come la lingua parlata e di cui spesso non si è consapevoli. Comunica le nostre emozioni, può tradire i nostri pensieri, può enfatizzare le parole che diciamo. Conosciamo il significato dei gesti perché lo abbiamo imparato insieme alla lingua.

Ma, a differenza della lingua, non esiste una grammatica dei gesti ed è per questo che restano spesso a livello inconscio e irrazionale.

DURANTE LO STAGE

IL PRIMO IMPATTO

Paola è arrivata a Stoccarda. Fa una prima passeggiata per il centro. Non pensava che ci fossero tanti giardini al centro della città. Non fa neanche così freddo come le avevano detto. Il tedesco è una lingua difficile, il corso seguito prima di partire è stato davvero utile. Il quartiere dove abita è molto funzionale, ben collegato al centro e agli uffici della Deimarler, dove farà il suo stage. Ripensa alla sua vita in Italia, tutti i giorni avanti e indietro da Brescia per andare all'università a Milano e le sembra già così lontana! Il padrone di casa le è sembrato molto comprensivo e, quasi per assurdo, le viene in mente che suo padre, invece, aveva avuto molti problemi con il loro padrone di casa in Italia. E sì che, in quel caso, non c'erano neanche problemi di lingua! Il primo giorno di lavoro da *Praktikantin* è stato impegnativo, ma molto entusiasmante. L'ambiente professionale è piuttosto informale. Paola nota subito che molte sue colleghe sono vestite in modo più semplice che in Italia. Vanno a lavorare anche in jeans. Non si riconoscono i direttori dei vari reparti perché gli uffici sembrano tutti uguali. Piccole stanze arredate semplicemente con scrivanie di vetro e acciaio. Le hanno presentato l'amministratore delegato, Herr Thomas Einwanger. Sembra che abbia 40 anni al massimo. Anche lui è molto gentile e disponibile. Le ha detto che ha letto il suo curriculum e gli piace il suo progetto di stage. Paola non ci può credere. Suo fratello, Luca, ha 9 anni più di lei ed è direttore commerciale di un'azienda in Italia. Luca le ha sempre raccontato che l'amministratore delegato impone un protocollo molto formale ai suoi dirigenti che lo vogliono incontrare e non conosce nemmeno tutti i dipendenti. In che favola è capitata?

"Benvenuto!" Ecco, siamo arrivati a destinazione. Il primo contatto con la gente del nuovo paese è entusiasmante. Abbiamo investito tutte le nostre energie in questa esperienza e adesso finalmente ci sembra di vivere in un sogno. Anche l'ambiente di lavoro sembra un sogno, ma sappiamo che, invece, è diventato la nostra realtà. Addirittura ci domandiamo perché abbiamo avuto qualche esitazione a partire. Qui sembra veramente tutto meglio dell'Italia. Era proprio ora di guadagnare un po' di autonomia. In altri paesi gli studenti vivono soli già dall'inizio dell'università, mentre da noi, in Italia, non tutti se lo possono permettere. Una sensazione di euforia e di entusiasmo sono molto frequenti all'inizio di un'esperienza all'estero. È la continuazione di quella fase di preparazione e di carica che abbiamo maturato a casa. La soddisfazione di superare le selezioni, il sostegno della fami-

glia, il conforto degli amici, la sfida con se stessi, la voglia di mettersi alla prova. Sono tutti elementi positivi che ci aiutano molto a partire con il piede giusto per l'immersione in un mondo diverso.

AFFRONTARE GLI IMPREVISTI

In ufficio a Paola viene chiesto di presentare il proprio progetto di lavoro. Prima di partire aveva dedicato molto tempo sia al contenuto del progetto sia alla qualità della presentazione. Voleva fare una buona impressione e far emergere anche le sue qualità tecniche. Aveva quindi preparato una presentazione con PowerPoint, sicura che avrebbe trovato un computer con quel programma collegato a un video proiettore. Arrivata alla Deimarler, Paola dà il suo CD-rom al collega tedesco, che va subito a cercare un computer per leggerlo. Un messaggio compare sullo schermo: "Disco illeggibile"! Paola ha un tonfo al cuore, il suo collega non sa che cosa fare. Fanno vari tentativi, ma tutte le possibilità che potevano essere tentate non danno nessun risultato positivo. Paola viene presa dal panico. Ora deve fare una presentazione orale senza neanche l'aiuto delle immagini. E' molto imbarazzata e teme che questo incidente faccia pensare ai colleghi tedeschi che è la solita italiana approssimativa e inesperta con la tecnologia. Si sente mortificata. Che cosa può fare?

"Tutto previsto?" Anche quando siamo nel nostro paese può capitare di dover rivedere i propri programmi perché qualche imprevisto ha modificato la nostra tabella di marcia. All'estero questo capita ancora più spesso. Anche chi possiede già una qualche conoscenza, e ha già lavorato in una cultura diversa dalla propria, non è in grado di prevedere tutte le possibili variabili all'interno di quella cultura che, sì, conosce, ma solo parzialmente sulla base della propria – sempre troppo breve – esperienza.

E' quindi importante imparare a contemplare l'imprevedibile tra le possibilità reali degli eventi. In questo modo, se ci capita, ci farà meno impressione. Questo atteggiamento ci permette di reagire più velocemente ai cambiamenti, adattando i nostri obiettivi alle situazioni nuove che si presentano.

POSSONO ESSERCI MOMENTI DI CRISI

Paola si trova a Stoccarda da ormai 20 giorni, non fa freddo, ma continua a piovare ininterrottamente. Il suo stage sta andando abbastanza bene, anche se all'inizio le sembrava di poter avere più spazio per realizzare il suo progetto. Durante i primi giorni era al centro dell'attenzione di tutti.

Adesso si sente un po' ignorata e ci sono alcuni comportamenti dei suoi colleghi che non capisce. Inoltre le sembra di continuare a fare errori. Il suo supervisor trova sempre delle osservazioni al suo lavoro e Paola non riesce a capire cosa ci sia che non vada nel suo modo di lavorare e perché, dopo aver cercato di risolvere i problemi, da sola, per tutto il giorno, quando finalmente decide di chiedergli aiuto, lui le faccia notare che sono già le 17.00 ed è ora di uscire. Paola sta sempre in ufficio fino alle 19.30 ed è sempre l'ultima ad andarsene a casa. Eppure le sembra di non fare abbastanza. Che cosa c'è che non funziona?

Lo "specchio". Quando si va a vivere in un paese straniero, ci si accorge che la gente del posto ha modi di vivere, di organizzare il tempo e il lavoro, di gestire le relazioni con gli altri, diversi da quelli del proprio paese. I modi di vivere, la gestione del tempo e dello spazio, le relazioni sociali e professionali riflettono la CULTURA di un paese. Non stiamo parlando della cultura intesa come conoscenza, ma della cultura intesa come l'insieme di comportamenti regolamentati, che impariamo dai nostri genitori, dai nostri insegnanti e da tutti quelli che rappresentano per noi un modello da seguire. Questi insegnamenti determinano le regole del nostro comportamento che viene riconosciuto da chi appartiene alla nostra stessa cultura e viene giudicato "giusto", se è conforme alle sue regole, o "sbagliato" se è differente.

Poiché molte regole e abitudini del comportamento sono inconse e irrazionali, è molto difficile analizzarle a livello astratto e teorico. Il modo più immediato per capirle è quello di confrontarsi ed entrare in una cultura diversa. La nuova cultura diventa così uno "specchio" della nostra. Attraverso il confronto tra le due culture scopriamo che le nostre abitudini e regole di comportamento e di "buona educazione" non sono universali, ma sono specifiche della nostra cultura. Anche gli altri hanno imparato delle norme di comportamento precise. Sono soltanto diverse dalle nostre perché hanno una cultura diversa e quindi possono avere una "educazione" diversa.

La gestione del tempo di lavoro e del tempo privato non è uguale in tutti i Paesi. Alcuni preferiscono ottimizzare il lavoro durante l'orario d'ufficio per dare più spazio alla propria privacy. Altri invece vivono in ambienti meno organizzati e devono utilizzare parte del loro tempo privato per portare a termine i loro impegni professionali.

In alcune culture, poi, non si è abituati a chiedere aiuto o non ci si aspetta di essere particolarmente seguiti dai superiori, mentre in altre questa è una prassi consolidata ed è un riconoscimento dei rispettivi ruoli gerarchici.

NOSTALGIA ...

Quando, alla sera, Paola arriva a casa dopo il lavoro, ha la sensazione che la testa stia per scoppiare. Il suo tedesco va un po' meglio, ma non abbastanza. Si sente frustrata perché non riesce ad esprimersi come vorrebbe e, anche quando ci riesce, non è sicura che la capiscano veramente. I colleghi sono molto gentili, ma sembrano piuttosto freddi. Subito dopo il lavoro tutti tornano immediatamente a casa. Paola vorrebbe invitarli a cena, ma non è sicura che ai colleghi possa fare veramente piacere. Lei vorrebbe fare una cena italiana, far vedere le fotografie della sua famiglia, dei suoi amici, dei suoi gatti. Vorrebbe parlare dell'Italia e di come si sta bene là. Nessuno le ha mai fatto domande né sull'Italia, né sulla sua vita privata. Sembra che non siano interessati a lei. D'altra parte quando lei ha fatto domande personali, i colleghi le sono sembrati un po' stupiti e le hanno dato risposte vaghe. Forse non vogliono parlare con lei. Forse ha fatto qualche errore in ufficio e non glielo hanno detto. Paola si sta chiudendo sempre più in se stessa. Non è rilassata nei rapporti in ufficio e le sembra di essere considerata come una persona poco affidabile. Paola sta con la testa in Italia, continua a pensare a quello che succede laggiù, si trattiene in ufficio per mandare mail ai suoi amici italiani e compra sempre un quotidiano italiano quando passa dalla stazione. Le sembra che questo sia l'unico svago per distrarsi dalla fatica di stare in Germania. Che cosa potrebbe fare per stare meglio?

“Le scarpe interculturali?” Ritorniamo per un momento al bagaglio che avevamo preparato con tanta attenzione, cercando di trovare un compromesso tra il nostro bisogno di avere tutto quello che ci poteva servire e le necessità pratiche di avere un bagaglio non troppo pesante e trasportabile. Ora scopriamo che la cosa che ci servirebbe di più non sta nella nostra valigia. Ci servirebbero delle “scarpe” per poter camminare nella nuova cultura senza sentirci a disagio, senza sentirci inadeguati, senza avere la sensazione che gli altri non capiscono niente. Ci servirebbe un vocabolario interculturale che traduca i nostri comportamenti agli altri e i loro a noi. Abbiamo imparato presto a riconoscere che esistono comportamenti diversi dai nostri. Ora dobbiamo capire che tutti i comportamenti si attengono a regole e norme precise e riconosciute da chi appartiene a quella cultura. Il problema è che anche loro, come noi, hanno appreso la loro cultura in modo inconscio e irrazionale. Dunque, anche loro come noi, non possono spiegarci la loro cultura in modo teorico e razionale. Possiamo farlo solo noi, immaginandoci di prendere in prestito le loro scarpe e di metterci dentro i nostri piedi.

COMUNICARE ...

Ma, in fondo, le notizie che arrivano a Paola dagli amici che stanno vivendo esperienze simili alle sue, e con i quali è in contatto via e-mail, non raccontano di problemi poi tanto diversi dai suoi.

Roberto si trova a Uppsala, in Svezia, già da un mese per uno stage all'Aiaka. Scrive di trovarsi bene, gli piace la gente e il loro modo di lavorare. I colleghi sono simpatici e sta cominciando a prendere confidenza con loro. A volte vanno al pub, al cinema o fuori a cena insieme.

E' contento di essersi fatto degli amici tra le persone con cui lavora.

Un giorno, però, Roberto scrive una mail a Paola in cui le racconta del suo collega e amico Lars. Quel giorno Roberto incontra Lars come al solito in ufficio, ma si accorge che ha l'aria un po' preoccupata. Lars gli spiega che avrebbe avuto, a breve, una riunione con il direttore del Marketing per fare una presentazione ufficiale della sua attività i cui risultati, peraltro, non erano stati molto positivi. Roberto si dispiace per Lars e, volendogli fare coraggio, ma non sapendo cosa dire, gli dà una pacca sulla spalla e se ne va via. Il giorno dopo Roberto incontra di nuovo Lars e si informa su come fosse andata la riunione. Lars si limita a dire che è andata bene, ma a Roberto sembra poco convinto di quel che dice e gli pare che non avesse troppa voglia di parlare con lui. Poco dopo gli capita di sentire da altri colleghi che Lars sta rischiando di perdere il posto di lavoro. Lars ultimamente evita di incontrare Roberto e lui non riesce a capire perché. Sembra quasi che Lars ce l'abbia con lui. Che cosa ha fatto Roberto? Come può rimediare?

Una pacca sulla spalla e... Attenzione! Ci dobbiamo ricordare che, come abbiamo già detto, il comportamento non verbale è una forma di comunicazione e, come le lingue parlate, non è uguale in tutto il mondo. Anzi, esso è uno degli specchi più sinceri e più veritieri della personalità e della cultura in quanto ha origini inconse e irrazionali. Dobbiamo quindi prestare molta attenzione a quello che i nostri corpi cercano di comunicare quando parliamo con una persona straniera. Dobbiamo imparare a controllare noi stessi e il nostro modo di usare i gesti, e nello stesso tempo dobbiamo anche capire il significato dei gesti associati alle nostre parole e a quelle del nostro interlocutore.

In genere, anche chi parla molto bene una lingua straniera fa fatica ad adottare il linguaggio non verbale di quella cultura, o ne adotta solo una minima parte. E' molto difficile acquisire la gestualità inconscia in maniera conscia e razionale. Ne è prova il fatto che, quando vediamo uno straniero imitare qualche gesto tipicamente italiano, ci accorgiamo subito che non è né spontaneo né naturale.

AGIRE ???

Anche Giulio, laureato in Scienze dell'alimentazione e che ora sta facendo uno stage in un'azienda vitivinicola, in Spagna, racconta di essersi trovato in difficoltà nonostante si sia inserito benissimo nel lavoro e con i colleghi spagnoli. Nel suo reparto ci sono molti giovani della sua età, si danno tutti del tu e sono molto alla mano. Questo è l'ambiente ideale per Giulio che odia gli abiti formali. L'ultima volta che si è messo una cravatta è stato tre anni fa al matrimonio di suo fratello! Non gli piacciono i complimenti e i modi ufficiali gli sembrano falsi e pretenziosi. Un giorno, in ufficio, gli viene detto che la settimana successiva, precisamente giovedì alle 11, ci sarebbe stata una riunione con l'amministratore delegato, il direttore generale e tutti i capi dei vari dipartimenti dell'azienda. Giulio non conosce nessuna di queste persone ed è contento di poterle incontrare. Il giorno della riunione Giulio va in ufficio con i soliti vestiti con cui va abitualmente a lavorare. Non si era dimenticato della riunione. Anzi alle 10.30 va a cercare i suoi colleghi per essere sicuro di non essere in ritardo. Alle 11.20 però si accorge che non è arrivato ancora nessuno nella sala riunioni. Giulio, un po' preoccupato, chiama un suo collega che gli conferma l'orario della riunione, aggiungendo che, evidentemente, ci sarebbe stato un ritardo. Giulio continua ad aspettare. Alle 11.45 comincia a perdere la pazienza e gli viene voglia di tornare in ufficio a finire di scrivere una relazione che stava preparando, ma alla fine decide di restare. Alle 11.55 arriva, finalmente, anche qualche suo collega e Giulio scopre, con disagio, che sono tutti in giacca e cravatta mentre lui non aveva proprio pensato a vestirsi diversamente dal solito e adesso non c'è più tempo per andare a cambiarsi. Quando finalmente arrivano i direttori, Giulio si accorge che i suoi colleghi si rivolgono a loro addirittura con diversi gradi di formalità, a seconda della loro posizione. Giulio non sa come comportarsi, si sente impacciato, sa solo che non gli sarebbe mai capitata una cosa del genere in Italia. E pensare che stava per dire qualche battuta sul ritardo della riunione! Che cosa avrebbe dovuto fare?

"Azione!" Quando ci si trova in una cultura diversa dalla nostra può capitare di trovarsi in situazioni completamente nuove, sconosciute o addirittura in situazioni conosciute che avremmo cercato a tutti i costi di evitare, se ci fossimo trovati nel nostro ambiente. In questi casi spesso siamo portati ad assumere comportamenti assai diversi da quelli che i nostri sentimenti ci suggerirebbero. Può capitare, invece, di dover fare cose che non avremmo mai pensato di potere o voler fare. A volte diventa necessario accettare situazioni apparentemente contraddittorie. Non ci resta che affrontarle e gestirle anche se ci sembrano anomale o imbarazzanti.

ABITUDINI DIFFERENTI

Paola riceve un'altra mail da Roberto che le racconta un aneddoto, questa volta meno drammatico e più divertente. Una sera è invitato a cena a casa di Karin, una collega d'ufficio, e si accorge, solo dopo mezz'ora da che era entrato in casa, che nessuno degli altri invitati, portava le scarpe ai piedi, mentre lui non aveva nemmeno pensato di doverselo togliere. In effetti tutti avevano lasciato le scarpe nell'ingresso e Roberto aveva colto qualche sguardo perplesso verso di lui, da parte degli ospiti, ma non vi aveva dato importanza, ritenendola una curiosità legittima nei suoi confronti in quanto nuovo del gruppo. Che imbarazzo! Non sapeva più che fare. Era indeciso se andare a togliersi le scarpe, oppure se tenersele, visto che ormai se ne erano accorti tutti. Lui avrebbe voluto uscire da questo impaccio, ma d'altra parte aveva paura di non sentirsi a suo agio a camminare scalzo, tanto più che era presente anche il suo capo divisione. In Italia difficilmente gli sarebbe capitata una cosa del genere. Che cosa avrebbe dovuto fare?

"Come ci vedono gli altri?" Trovarsi all'estero ci permette di osservare lo stile di vita degli altri, ma implica anche che gli altri ci osservino e che, inevitabilmente, si venga percepiti come diversi. Ogni volta che parliamo utilizzando una lingua che non è la nostra, la gente si accorge che abbiamo un accento straniero e capisce subito che non siamo del luogo. Anche il nostro modo naturale di vestire, di camminare, di avvicinarci alla gente può sembrare anomalo. La nostra normalità diventa dunque un'anormalità per gli altri. Possiamo suscitare interesse in alcuni, indifferenza in altri, magari anche diffidenza in altri ancora. Questa è la "normale" condizione dello straniero.

TANTE CULTURE E TANTE PERSONALITA' IN UNA CULTURA

Un'altra volta Paola riceve una mail da Marco, un amico d'infanzia, che le racconta che ha finito da poco il dottorato di ricerca in Ingegneria spaziale al Politecnico di Torino. La sua tesi è stata molto apprezzata dalla commissione finale ed ora il suo professore, consapevole che per Marco non sarà un problema trovare un buon lavoro, gli ha consigliato di fare un'esperienza all'estero prima di decidere in quale azienda lavorare e a quale settore dedicare il suo interesse. Marco è un ragazzo molto intelligente e brillante e si rende conto che uno stage all'estero è proprio quello che gli manca per completare la sua formazione professionale. Eppure ha un po' paura a partire. Marco è gay. Con molta fatica è riuscito a parlarne con i suoi genitori e con il suo professore. Adesso si sente più tranquillo e più sicuro. Ma Torino è una città grande, mentre Dammerstadt, dove si trova la sede tedesca della International Space Agency, è una cittadina. Teme,

oltre alle normali difficoltà di adattamento alla cultura tedesca, di dover affrontare anche ostacoli personali. Ha paura che la sua omosessualità susciti pregiudizi e ostilità da parte dei colleghi stranieri che non lo conoscono. Che cosa deve fare?

"Gli italiani sono inaffidabili e rumorosi... i danesi sono rigidi... i francesi sono nazionalisti... gli inglesi sono poco puliti ..."

Probabilmente è capitato a tutti di sentire frasi del genere. Sono frasi che, seppur prive di fondamento, viaggiano molto velocemente sulla bocca della gente. E' sempre più facile generalizzare piuttosto che osservare e distinguere dettagli e particolari. Non bisogna dimenticare, però, che sebbene ogni paese abbia una propria cultura generale, all'interno di essa ogni persona è diversa. Possiamo dunque parlare a livello generale della cultura italiana, inglese, spagnola o turca, ma dobbiamo ugualmente tenere presente che non esistono due italiani, due inglesi, due spagnoli o due turchi identici. Anche due fratelli gemelli sono diversi tra di loro. Il carattere, la personalità, gli interessi, le esperienze vissute giocano un ruolo molto importante nell'identità di una persona; sono aspetti che vengono integrati e assimilati assieme alla componente culturale, tanto che diventa quasi impossibile riconoscere dove finisca una e cominci l'altra. La propria personalità, con le inclinazioni, gli interessi, le idee e le proprie convinzioni sono profondamente influenzate dalla cultura nella quale si vive, ma vengono declinate per tutti nello stesso modo. Alcuni di noi sono timidi, altri più estroversi; alcuni sono riflessivi, altri espansivi; alcuni sono molto religiosi, altri sono atei; alcuni sono di "sinistra", altri di "destra" e altri ancora di "centro"; alcuni desiderano sposarsi ed avere presto dei figli, altri non pensano affatto al matrimonio. Tutti questi aspetti di personalità, e molti altri ancora, coesistono all'interno di una cultura. Quando andiamo all'estero, ci portiamo con noi la nostra cultura, ma anche la nostra personalità. I nostri amici e conoscenti sanno riconoscere più facilmente quali aspetti del nostro comportamento fanno parte della nostra personalità e quali sono condivisi dalla nostra cultura. Con loro abbiamo trovato un modo di interagire attraverso la nostra personalità, trovando un equilibrio con le nostre credenze e le nostre necessità. Quando andiamo all'estero siamo percepiti come "italiani", molto prima che come la "persona" che siamo veramente. E' giusto trovare un compromesso tra i nostri bisogni e le nostre attitudini anche quando siamo all'estero. In genere, se siamo riusciti a farlo nel nostro paese, non dovrebbe essere difficile farlo all'estero. A volte può essere addirittura più facile, poiché non dobbiamo rientrare in quei ruoli sociali che ci sono stati attribuiti dalla nostra comunità.

DI NUOVO COMUNICARE...

Sono passati quattro mesi ed ormai Paola ha superato i problemi con la lingua. Un giorno, uscendo dall'ufficio, incontra Mathias, un collega che non conosce molto bene, ma che si dimostra molto gentile con lei. Si fermano a parlare un po' e Paola si rende conto che Mathias, non parla con naturalezza con lei: si esprime molto lentamente e con un linguaggio elementare. Paola capisce che quello non è il suo modo di parlare e si sente trattata come un'idiota. Preferisce non proseguire a lungo quella conversazione, ma ne approfitta per chiedergli le indicazioni necessarie per andare in un negozio di dischi molto conosciuto e di cui le hanno parlato in ufficio. Mathias le spiega minuziosamente la strada da percorrere e si salutano.

Dopo mezz'ora di cammino, pur avendo seguito tutte le istruzioni, le sembra di essere ancora molto lontana dal quartiere che cercava. Chiedendo informazioni ad un passante, scopre che il negozio è ancora molto distante. Paola non capisce come mai Mathias le abbia fatto fare una strada più lunga. Certo, sapeva che il quartiere nel quale era diretta non godeva di una buona fama, ma ci andavano tutti i suoi amici e nessuno le aveva mai parlato di veri pericoli. Paola si sente ancora di più trattata da idiota. Si domanda per quale motivo Mathias le abbia dato quelle indicazioni. Le uniche risposte che si può dare sono personali. Forse a lui non piace quel quartiere, ma non aveva avuto il coraggio di dirglielo. Forse non sapeva dove fosse veramente il negozio. Forse Paola non gli stava simpatica. Forse Mathias pensavaChe cosa è successo? Che cosa deve fare Paola?

"Che cosa ci dicono gli altri?" Se è facile essere percepiti come stranieri anche solo per gli atteggiamenti che assumiamo ed i movimenti che facciamo, ancor più è inevitabile che questo succeda quando parliamo in una lingua straniera. Può anche capitare, quando siamo in grado di parlare una lingua correntemente, e ci sentiamo sufficientemente sciolti, che ci dimentichiamo di avere un accento comunque diverso dal loro e, di conseguenza, ci si può sorprendere ancora di più nel sentirsi trattati da "diversi". E' invece frequente che chi parla con uno straniero usi un linguaggio più semplice, si esprima più lentamente, oppure faccia commenti e considerazioni diverse da quelle che farebbe con una persona della sua stessa cultura. E' anche possibile che perfino le informazioni che ci vengono date siano diverse. Questo non avviene per disorientare l'interlocutore straniero, ma per aiutarlo o per fornirgli un'immagine del proprio paese più edulcorata rispetto alla realtà.

I PREGIUDIZI

Paola è solita mangiare alla mensa aziendale. Ritiene infatti che possa essere un'occasione importante per socializzazione con i dipendenti. Ci va volentieri, dunque, perché apprende molte informazioni sulla cultura tedesca. Parlano un po' di tutto, di come hanno passato il fine settimana, dei fatti del giorno, delle loro opinioni su avvenimenti recenti e così via. Un giorno Klaus, uno dei colleghi, racconta del suo ultimo viaggio di lavoro in Italia. Per motivi a lui incomprensibili la riunione a cui era andato era cominciata in ritardo e l'aereo del ritorno aveva avuto un ritardo di due ore. Quel racconto ha dato inizio a una serie di battute sull'inaffidabilità degli italiani, sulla loro mancanza di professionalità, sull'impossibilità di stipulare accordi precisi e di condividere le responsabilità. Paola si sente molto a disagio anche se niente di quello che si dice era detto contro la sua persona. Eppure prova un certo dolore interno, non trova le parole per fermare quella conversazione. Le dispiace ancora di più perché le persone che erano cadute in quelle generalizzazioni erano amici che stimava e con cui aveva condiviso molte altre opinioni. Perché Paola si sente così toccata?

"Stima o disprezzo?" Tutti abbiamo qualche pregiudizio nei confronti delle culture straniere. Alcuni sono ovvi e, se vogliamo, li possiamo capire e superare. Altri possono essere più subdoli ed è più difficile accorgersene o accorgersi che creano discriminazioni. Non solo abbiamo molti pregiudizi e idee preconcepite sulle persone che provengono da un paese diverso dal proprio, ma spesso siamo prevenuti anche nei confronti di chi proviene da regioni o da città differenti anche all'interno dello stesso paese. Da queste dinamiche di protezione del proprio microcosmo possono nascere sentimenti di disistima e di disprezzo verso le culture "straniere" o "diverse". Quando ci troviamo all'estero, dobbiamo confrontarci con i nostri pregiudizi e con quelli degli altri e dal momento che per noi sarà più facile osservare i pregiudizi che hanno gli altri nei nostri confronti, potremo capire, con maggior chiarezza, quali sensazioni si possono provare quando si è oggetto di preconcetti.

ENTRARE IN UN GRUPPO NUOVO

Paola è una sportiva, ha praticato diversi sport a livello amatoriale ma poi ha deciso d'impegnarsi a fondo nella pallavolo e gioca ormai da alcuni anni a livello agonistico. Una volta entrata in confidenza con le sue colleghe tedesche, si informa se anche loro conoscono e praticano quello sport, sperando di poter mostrare la sua abilità. Scopre invece che sono tutte appassionate di tennis e si incontrano spesso per giocare insieme. Le colleghe sono contente di scoprire che anche Paola è una persona sportiva,

sebbene non pratici il loro stesso sport e la invitano comunque a giocare con loro. In realtà Paola non conosce molto il tennis e teme di fare una brutta figura. Vorrebbe invece convincerle a provare la pallavolo ma loro non se la sentono proprio. Presa tra la voglia di stare in gruppo e divertirsi e la paura di non essere all'altezza, Paola pensa comunque di rinunciare per evitare di esporsi e di sembrare ridicola. Non si sente a suo agio a scendere in campo da principiante dopo aver avuto tante soddisfazioni e tanti riconoscimenti nella pallavolo! Che cosa dovrebbe fare Paola?

“Si ricomincia da tre?” Mentre nel nostro ambiente siamo conosciuti, con tutti i nostri pregi e i nostri difetti, all'estero dobbiamo farci conoscere e dimostrare le nostre qualità. Non possiamo contare sul fatto che qualcuno conosca già la nostra famiglia, o conosca noi direttamente, oppure che esistano conoscenti in comune che ci referenzino. Ad esempio, se entriamo a lavorare nell'azienda di un nostro conoscente, e l'azienda è apprezzata, è più facile per noi ottenere l'apprezzamento degli altri. Oppure se siamo esperti in qualche attività, ci saranno riconosciute le nostre capacità anche da chi ci conosce meno, ma si fida dell'opinione altrui. All'estero niente di tutto questo può essere dato per scontato. Molto spesso dobbiamo costruire l'immagine di noi stessi dal nulla. Inoltre, non è neanche detto che una capacità o una competenza apprezzata in una cultura sia valorizzata nello stesso modo in un'altra. Di conseguenza, ci potrà capitare di dover prendere iniziative o di svolgere attività che non pensavamo di saper fare o che dobbiamo imparare a fare anche se siamo poco esperti.

IL CONFRONTO CON CULTURE DIVERSE

Paola divide la casa con Meral, una ragazza turca che lavora come pediatra dopo essersi specializzata in Germania. Meral conosce, dunque, molto bene il paese e spesso spiega a Paola certi aspetti della cultura tedesca che a lei sembrano quasi incomprensibili. Meral rappresenta per Paola una sorta di interprete e lei si sente molto fortunata ad avere qualcuno, più esperto di lei, con cui confrontare le proprie impressioni e da cui ottenere delle spiegazioni. L'amica sembra molto ben integrata nella cultura tedesca, tuttavia, una sera, mentre Meral sta preparando una cena turca per alcuni amici, un vicino suona insistentemente alla porta. Paola va ad aprire e il vicino con tono arrogante si lamenta dell'odore, per lui acre e insopportabile, che si è sparsa per le scale. Paola tenta di spiegare che stanno preparando una cena turca che richiede l'impiego di vari tipi di spezie. Il vicino insiste che quell'odore non è sopportabile e che deve essere eliminato smettendo di cucinare. Paola vorrebbe spiegargli che sono solo spezie e che sono indispensabili nei piatti in preparazione ma,

d'altra parte, si rende anche conto che quelle spezie hanno profumi a cui non tutti sono abituati. Che cosa sta facendo Paola?

"Chi siamo?" La permanenza all'estero ci pone in una posizione più consapevole e più critica nei confronti sia della nostra cultura che di quella in cui ci troviamo. Spesso ci capita di scoprire nuovi aspetti del nostro carattere e del nostro retaggio culturale proprio quando ci confrontiamo con un ambiente diverso dal nostro. Allo stesso modo, attraverso la gente che frequentiamo, possiamo comprendere meglio la loro cultura, impariamo a metterci nei panni degli altri, ad osservarli in modo empatico, evitando di interpretare i loro comportamenti attraverso gli schemi dei nostri pregiudizi. La sospensione di giudizi frettolosi e avventati è l'atteggiamento più proficuo per riuscire ad entrare e ad integrarsi in una cultura diversa dalla nostra.

ACQUISIRE UN MODO DIVERSO DI GUARDARE LA REALTA'

Paola ha quasi finito il suo stage a Stoccarda e si accorge di ripensare con piacere sia ai mesi precedenti la sua partenza per la Germania sia a questi ultimi sei, che sono in pratica volati. All'inizio, ricorda che il tempo non passava mai, poi è letteralmente sparito. Le dispiace molto partire perché si rende conto di aver avuto una di quelle esperienze che lasciano un segno nella vita, dividendo quello che è successo prima da quello che succederà dopo. Non si è dimenticata i momenti di crisi, che comunque sono stati importanti per lei, e di quando pensava che non sarebbe mai stata capace di farcela; ora pensa che vorrebbe avere più tempo per migliorare la lingua, i rapporti con gli amici, le relazioni professionali e vorrebbe saperne di più sulla Germania. Ripensa anche alle ingenuità che aveva fatto all'inizio e agli errori che aveva commesso. Ci tiene molto a non sprecare niente di questa esperienza e si domanda quale potrebbe essere il modo migliore per prepararsi a tornare a casa. Che cosa dovrebbe fare prima di lasciare la Germania? Che cosa dovrebbe fare prima di rientrare in Italia?

"Gli occhi interculturali" Il buon risultato di un'esperienza all'estero si misura dalla capacità di adattamento ad una cultura diversa dalla propria; quando riusciremo a comprendere le dinamiche culturali che sottostanno al comportamento dei rappresentanti di quella cultura, saremo in grado di interagire con essi con successo e quella cultura non ci sarà più completamente estranea. Ne acquisiremo i paradigmi, che verranno ad integrarsi con quelli che facevano già parte della nostra cultura. Dunque, la cultura "diversa" non ci sembrerà più così diversa per-

ché in una certa misura sarà anche “nostra”. Ugualmente “noi” entreremo a fare parte delle attività e della vita degli “altri”, i quali accoglieranno anche noi.

La possibilità di entrare in una nuova cultura ci offre l'opportunità di osservarla e di confrontarla con la nostra. Questo processo ci permette di comprendere meglio la nuova cultura che, a sua volta, diviene uno specchio della nostra. In quello specchio ci apparirà una sovrapposizione tra due immagini che potremo osservare con occhi nuovi, con occhi capaci di distinguere due sagome distinte eppure integrate tra di loro. Avremo così raggiunto un modo diverso di guardare la realtà perché avremo acquisito flessibilità e rispetto. A quel punto sarà anche cambiato il nostro modo di essere, di essere interculturali.

DOPO LO STAGE

TUTTO TORNA ALLA “NORMALITA'”?

C'è una grande festa a casa di Paola per festeggiare il suo ritorno in Italia. Sua madre ha preparato i suoi piatti preferiti e Franco, il suo ragazzo, ha organizzato tutto il resto. Gli amici le hanno portato gli ultimi CD dei cantautori italiani che Paola non conosce ancora. Lei è felice di rivedere tutti, gustare quei piatti e sentire quella musica. Vorrebbe raccontare tutto della sua esperienza. In questo momento ha in mente solo la Germania e tutto quello che era associato alla sua vita là. Comincia a raccontare, ma i suoi amici la interrompono continuamente. Anche loro hanno molte cose su cui aggiornarla. Per loro sono importantissime, ma a Paola quelle notizie non interessano più di tanto, le sembrano un po' banali! Cerca allora di riprendere la sua storia, che le sembra più significativa e più emozionante. Dopo tutto, è orgogliosa di come ha saputo gestire tanti rapporti difficili e tante situazioni complicate. Pensa che i suoi amici non abbiano fatto niente. Il solito calcio, il solito circolo di amici, la solita famiglia, le solite cose. Non ha il coraggio di dire quello che sta pensando, ma comincia ad annoiarsi, si sente sola, incompresa. Che cosa può fare?

“Bentornato!” Ecco, siamo tornati finalmente a casa. Siamo felici di avercela fatta! Ed è un sollievo rivedere i luoghi e le persone che avevamo lasciato. Quante volte abbiamo pensato a questi posti e alle persone care! Adesso finalmente tutto torna alla “normalità”. Ci sembra quasi di avere la stessa sensazione di euforia e di entusiasmo che avevamo avuto quando siamo partiti. Adesso però, a differenza di prima, non ci sentiamo più soli. Contiamo di poter fare affidamento sul conforto della famiglia e degli amici, speriamo di poterci rilassare (dopo tanta fatica!). Il rientro appare generalmente come la fase più semplice di un'esperienza all'estero. Ci si aspetta che tutto rientri nella normalità e si presuppone di ritrovare la tranquillità e la sicurezza del proprio ambiente familiare.

POTREBBERO ESSERCI DELLE NOVITÀ

Anche per Franco, il ragazzo di Paola, non è stato facile stare sei mesi lontano da lei. Anzi, lui non ha avuto nemmeno quelle novità e tutte quelle distrazioni che, invece, ha avuto Paola. Franco ha dovuto semplicemente continuare l'università, come al solito, ma senza la complice sicurezza che gli dava la presenza di lei. I primi tempi sono stati molto difficili, come per Paola. Poi ha deciso che doveva comunque uscire e vedere gli amici. Si è accorto di avere più tempo e si è iscritto in palestra dove ha conosciuto alcuni ragazzi simpatici con cui è diventato amico. All'università ha cominciato a preparare la tesi. E' riuscito ad essere ammesso in un progetto di ricerca sul comportamento dei primati, argomento che lo ha sempre appassionato. Quando Paola è tornata, ha provato a raccontarle qualche cosa dei suoi esperimenti, ma lei sembra essere interessata solo a parlare di sé e della Germania. Anche se Paola è tornata, Franco non vorrebbe smettere di andare in palestra e di vedere i suoi nuovi amici, né diminuire il suo impegno all'università, ma non ha più tanto tempo come prima. E' veramente felice che Paola sia tornata, eppure non capisce perché, a volte, sente di aver perso invece che di aver ritrovato qualche cosa. Che cosa può fare?

“Alla fine di un viaggio c'è sempre un viaggio da ricominciare”

Se la permanenza all'estero è superiore a tre o quattro settimane, i cambiamenti e l'evoluzione delle persone e della realtà sono molto più profondi di quanto possa sembrare. Queste trasformazioni non riguardano solo noi stessi, ma anche quelli che sono rimasti a casa durante il periodo - sufficientemente lungo - della nostra assenza. Le persone che abbiamo lasciato alla partenza hanno dovuto riconfigurare il proprio spazio in funzione della nostra distanza. Ci potrebbero essere novità, evoluzioni, nuove mode, che noi non conosciamo. Se anche non fosse cambiato niente, non dobbiamo dimenticare di essere cambiati noi. Di conseguenza, il rapporto tra noi e il nostro ambiente non può tornare identico a come lo avevamo lasciato. Non dobbiamo quindi sottovalutare il rientro, né possiamo pensare che il tempo si sia fermato nel luogo che abbiamo lasciato, mentre per noi, e solo per noi, è corso molto velocemente.

RIADATTARSI

A Paola lo shock del ritorno sembra più forte di quello che aveva avuto quando era arrivata in Germania. Là c'erano altri stranieri, con cui poteva parlare, sfogarsi e confrontarsi. Qui, non le sembra quasi possibile, ma si sente, di nuovo, straniera. Anzi è peggio perché non c'è nessun altro che si senta come lei, non ha nessuno con cui sfogarsi e gli amici le dicono di

smettere di pensare e di parlare sempre della Germania. Non la capiscono gli italiani e non la capiscono bene neanche gli stranieri che si è messa a frequentare nella speranza di trovare nuovi amici. Durante lo stage si era abituata ad essere riconosciuta come Praktikantin. Ora non ha più nessun ruolo professionale. Che cosa può fare Paola per stare meglio?

“Reazione!” Il successo ultimo di un’esperienza all’estero non si misura nella competenza linguistica acquisita o nella conclusione del progetto assegnato; si misura, invece, nella capacità di mettere a frutto quello che abbiamo imparato di noi stessi, della nostra cultura e della nuova cultura che abbiamo conosciuto. Quando si rientra è necessario avvicinarsi alla nostra cultura come se fosse “nuova”. Dovremo impegnarci con lo stesso spirito e la stessa volontà di capirla e di farci capire che avevamo impiegato quando ci siamo integrati nella cultura straniera. Accettare di essere cambiati e di trovarci in un mondo non identico a quello che avevamo lasciato, è tutt’altro che una sconfitta. Significa scoprire le modalità per riadattarsi, trovando un ruolo nuovo, alla nostra cultura. Avremo bisogno di flessibilità per vedere il mondo come veramente è e non come vorremmo che fosse. Dovremo avere spirito di iniziativa, perché quello che abbiamo imparato non diventi un handicap, ma sia percepito anche dagli altri come un valore aggiunto, un ampliamento delle nostre competenze.

CONFUSIONE ?

Dopo il suo rientro in Italia Paola ha cominciato a sentirsi molto sola. Aveva tanto atteso di tornare! Adesso vorrebbe già ripartire. In verità la sua testa sta ancora a Stoccarda; continua a scrivere agli amici in Germania: ha paura di perderli e teme anche di dimenticarsi il tedesco. Si convince che aveva ragione a pensare che là tutto funziona veramente meglio che in Italia. Le aule dell’università traboccanti di studenti, le biblioteche insufficienti, i professori inavvicinabili: è questa l’Italia che le mancava tanto? Anche se i suoi amici le dicono che l’Italia non è solo questo, Paola non riesce a trovare molti aspetti positivi e inoltre sente di essere cambiata. Non lo immaginava, ma è un problema anche riprendere la vita in famiglia dopo essersi abituata a vivere da sola! E si ricorda che c’era stata incredulità nei suoi amici tedeschi quando lo diceva. Vorrebbe anche trovarsi un lavoro, ma anche qui le occasioni e soprattutto l’organizzazione non è così efficiente come in Germania. Altro che “Casa dolce casa”, le sembra di essere in trappola. E quello che le fa più paura è che questa situazione è definitiva, non è temporanea come l’esperienza dello stage. Come si può aiutare Paola a uscire da questa sensazione di panico?

Si ricomincia ancora da tre?" Il ritorno può essere visto come il coronamento dell'impegno investito per raggiungere il successo dell'esperienza all'estero. Tendenzialmente si preferisce pensare che il ritorno rappresenti la fine della nostra prova di vita. Difficilmente viene vissuto come l'inizio di una nuova fase. Di fatto, il panorama nel quale andiamo a reinserirci è cambiato, si è adattato alle naturali trasformazioni della vita e del tempo. Noi eravamo assenti e non abbiamo assistito a quell'evoluzione e quindi possiamo soltanto osservare i risultati dei cambiamenti. Inoltre i nostri occhi sono cambiati. All'estero abbiamo imparato a rivedere il nostro modo di vivere e quello di chi appartiene alla nostra cultura. Quello che abbiamo lasciato quando siamo partiti non esiste più, perché la realtà è cambiata. Né potremmo vederlo più, perché anche noi siamo cambiati. Ci troviamo quindi – ancora una volta – in un ambiente nuovo, con il quale dovremo ricominciare a negoziare il nostro ruolo e il nostro riconoscimento all'interno della nostra cultura.

UN PERICOLO E UNA NUOVA SFIDA ...

Paola aveva pensato di trovare subito lavoro al suo rientro, poiché durante lo stage aveva avuto la fortuna di imparare nuove tecniche e acquisire competenze che solitamente non sono disponibili in Italia e alle quali non si era aspettata di poter accedere. In Germania le avevano anche offerto di continuare a lavorare per la stessa azienda con un contratto più serio, ma lei aveva preferito rientrare. Appena tornata, pur avendo cominciato subito a cercare lavoro e a fare interviste, Paola si è trovata un po' in difficoltà. In realtà ha scoperto che qui il mondo del lavoro è organizzato diversamente rispetto a Stoccarda e che le aziende sono riluttanti ad adottare innovazioni troppo drastiche. Paola si sente un po' spreca. Anzi si è accorta che, rispetto agli amici che sono rimasti in Italia, e si sono inseriti nel mondo del lavoro italiano, lei è svantaggiata e viene considerata come quella che ha perso tempo ed è andata a fare una vacanza. In che modo si può porre Paola rispetto al lavoro?

"Gli italiani sono inaffidabili...gli stranieri sono perfetti..." Una reazione comune a chi ha sottovalutato il rientro è quella di cominciare a disprezzare la propria cultura e ad esaltare quella straniera. Di fatto, questo atteggiamento ha origine dalla stessa tendenza – erronea – di generalizzare la realtà per arroccarsi su posizioni difensive di chiusura e di isolamento. Disprezzare una cultura, sia essa la propria o quella degli altri, è un sistema troppo semplice e troppo sbrigativo per negarla e non riconoscerla. La conseguenza, meno impegnativa del disprezzo, è la fuga in una dimensione immaginaria, nella quale si selezionano solo gli aspetti che ci sono più congeniali. La cultura straniera diviene così il nostro

“Paese delle meraviglie”. In genere questi atteggiamenti non possono durare a lungo. Se si vuole evitare l’alienazione, è necessario ed importante reintegrarsi nel proprio paese come soggetto attivo. La nuova sfida consiste nella capacità di ottimizzare le esperienze acquisite all’estero, adattandole alla realtà della nostra cultura.

OTTIMISMO!!

Una sera Antonella, una vecchia amica della madre di Paola, viene a cena a casa della famiglia di Paola. Antonella ha 50 anni. Molti anni prima aveva fatto uno stage a Bilbao. Ora lavora nel dipartimento di ricerca di un’azienda farmaceutica multinazionale. Viaggia spesso per lavoro, soprattutto in Europa ed ha appena concluso un nuovo incarico: è stata una settimana a Madras, in India. Il direttore generale si è rivolto a lei perché conosceva e apprezzava le capacità di Antonella a lavorare con gli stranieri. A Madras, Antonella doveva avviare un progetto nuovo, su cui non era molto preparata. Inizialmente il direttore aveva pensato a persone più specializzate di lei da un punto di vista tecnico. D’altra parte, però, temeva che il progetto potesse fallire a causa dell’incapacità di qualche dipendente di adattarsi alla vita in India e per questo motivo ha ritenuto opportuno rivolgersi ad Antonella. Lei si è sentita lusingata. C’era però una cosa che la preoccupava: non tanto l’India, che aveva sempre voluto visitare, ma il fatto che il periodo, secondo lei, fosse troppo breve per capire quel paese così diverso dal suo. Ha comunque deciso di accettare, perché il direttore ha insistito molto con lei. Antonella temeva di sentirsi come un pacco postale, spedita in un albergo occidentale dove non avrebbe avuto il tempo per conoscere niente. Temeva, una volta arrivata, di potersi sentire spaesata come tanti anni fa a Bilbao. Ultimamente però viaggiare e lavorare in giro per l’Europa non è più un problema per lei, mentre, rispetto a questo viaggio, si rendeva conto che ci sarebbero state tante, forse troppe, cose da capire in una settimana. Invece, quando è arrivata a Madras, ha fatto il possibile per vedere più cose che poteva della città, ha cercato di parlare con molta gente, indiani e stranieri. Così è riuscita a fare al suo ritorno una relazione al direttore precisa e dettagliata del paese e delle possibilità di impiantare il loro progetto. Il direttore non aveva dubbi che Antonella, anche solo in una settimana, potesse svolgere egregiamente la sua missione, perché era consapevole che ormai da tempo aveva imparato a guardare il mondo con occhi diversi e una mente particolarmente aperta e ricettiva nei confronti della diversità. Che cosa ha capito il direttore? E che cosa ha imparato Paola?

Il riflesso dello specchio. Non si può dire quando e come finisca un'esperienza interculturale perché una volta avviata nelle modalità giuste, non ha termine. Di fatto, quella che abbiamo appena avuto, potrebbe essere la prima delle nostre esperienze interculturali. Una volta che abbiamo capito che incontrare una cultura diversa dalla nostra comporta una prima fase di "scontro", a cui segue una fase di confronto e di rielaborazione dei propri valori, siamo più facilmente predisposti a vivere momenti di crisi e di riflessione. Abbiamo imparato che questo shock fa parte del processo del nostro apprendimento e della nostra crescita. Non è dunque una fase negativa o di sconfitta da evitare. Entrare in uno shock culturale significa uscire con nuove competenze interculturali. Per questo motivo saremo più curiosi e desiderosi di conoscere altre culture e altri modi di vivere che, a loro volta, possano migliorare il nostro modo di vivere e arricchire il nostro modo di essere.

L'atteggiamento di flessibilità, di tolleranza e di adattabilità, che abbiamo acquisito per poterci inserire in una cultura diversa dalla nostra, può diventare uno strumento utile per affrontare tutte le situazioni nuove e diverse, anche all'interno della nostra cultura. Saremo in grado di adeguarci più velocemente e con maggiore consapevolezza alle nuove realtà. Non è questo un disegno utopistico o illusorio ma un progetto in grado di vincere sia su un piano personale sia sul piano professionale. Non è certo per caso se, ormai da anni, i manager delle grandi società multinazionali investono nella formazione interculturale al fine di ottenere successo per se stessi e per le loro aziende.

- Barret,J.,Williams,G., *Scoprite le vostre attitudini*. F. Angeli Trends,1980.
- Bolles, R.N., *Ce l'hai il paracadute?* Sperling & Kupfer,Mi.,1970.
- Bollinger, D., Hofstede, G., *Internazionalità: Le differenze culturali nel management*. Milano, Guerini, 1989.
- Consolini, M., *Il laboratorio dell'orientamento*. F. Angeli,Mi.,2002.
- *In Diana Jobs*, Cd-Rom, Ed. Ghisetti e Corvi, 2001
- Crespi, F., Segatori, R. (a cura di). *Multiculturalismo e democrazia*.Roma, Donzelli, 1996.
- Garcea, E.A.A. *La comunicazione interculturale: Teoria e pratica*. Roma, Armando, 1996.
- Garcea, E.A.A. *How Europeans perceive Europe: a case study from Italy*. European Business Review, 13(5): 263-268, 2001.
- Lucarelli, P.,Cecchini, M., *Orientarsi e crearsi un lavoro, 13 anni di Giovane Impresa*.Fara editore, 2001.
- Lucarelli,P., Buda, A., *Mettersi in proprio, gioco di educazione all'imprenditorialità*. Onda Libera,2000.
- Ministero del Lavoro, Isfol *Alla scoperta delle professioni*. 2001
- Nava, B.,Giacone,N., *Come trovare il lavoro che piace*. Amm.Provinciale di Macerata
- Pombeni,M.L., *Il colloquio di orientamento*. La Nuova Italia scientifica,1996.
- Provincia di Rimini, Associazione temporanea di impresa Ecipar, Irfa, Enaip *Imprenditori a distanza*.2001.
- Regione Emilia-Romagna, Centro per le Transizioni, *Kit del consulente*.2000.
- Regione Emilia-Romagna, Cescot, *La mappa delle competenze vincenti*, in Progetto Trousse, 2000.
- Regione Marche *Percorsi di orientamento formativo*. 1999.
- Ruffini,C., Sarchielli,V., (a cura di) *Il bilancio di competenze, nuovi sviluppi*. F.Angeli, 2001.
- *Scheda professionale lavoratori* (D.M. 30 maggio 2001)
- *Scheda anagrafica lavoratori* (D.M. 30 maggio 2001
- Selvatici, A., D'angelo,M.G.,(a cura di) *Il bilancio di competenze*. F. Angeli, Mi.1999.
- Sighinolfi,M., (cura di) *Sapere minimo sull'orientamento*. F. Angeli, Mi., 1998.

GRUPPO DI LAVORO

Centro Risorse Nazionale per l'Orientamento: opera su incarico del Ministero del Lavoro dal 1993 per facilitare lo scambio di informazioni sui servizi e sui percorsi formativi e professionali nei paesi europei e per favorire la mobilità diffondendo informazioni utili per programmare una esperienza di studio o di lavoro in un paese dell'Unione Europea.

Punto Europa è un servizio del Comune di Rimini impegnato in attività di informazione, orientamento, formazione, divulgazione, attraverso le quali contribuisce a creare localmente la "cittadinanza europea".

E' inserito nella rete degli Info Point Europa e nella rete di diffusione del Centro Risorse Nazionale per l'Orientamento.

Istituito nell'anno 2001 sulla base della precedente decennale esperienza di "Giovane Impresa, Agenzia di servizi per l'orientamento professionale e per la creazione di impresa", è funzionalmente inserito nel settore "Relazioni con l'Unione Europea".

Per la storia professionale delle sue risorse umane Punto Europa è un servizio specializzato sui temi della mobilità formativa e professionale e sui temi del turismo.

Milena Cecchini esperta di orientamento, coordina le attività d'informazione e d'orientamento di Punto Europa.

Primula Lucarelli manager di servizi orientativi, coordina le attività di progettazione europea di Punto Europa.

Giulio Iannis è consulente di orientamento, esperto in Bilancio delle Competenze. Responsabile e coordinatore di progetti per l'amministrazione provinciale di Siena e docente in corsi di formazione per formatori.

Elena Garcea è ricercatrice presso il Dipartimento di Filologia e Storia dell'Università degli Studi di Cassino e docente in corsi di formazione sulla Comunicazione interculturale. Dal 1996 fa parte e, attualmente, è Presidente del Comitato direttivo della European Federation for Intercultural Learning (EFIL) di Bruxelles.

Isabelle Mallez già direttrice della Maison Française di Bologna.

Elke Vaih è direttrice dell'Istituto di Cultura Germanica di Bologna.

Giovanni Romoli ha studiato e lavorato in vari contesti internazionali e dal 1997 vive e lavora a Dublino.

Carla Grazioli è attualmente manager del Centro d'informazione e della Biblioteca del British Council di Roma.

Victor Manuel Garcia Fernandez laureato in Legge, ha realizzato diverse collaborazioni in ambito culturale per eventi Italia /Spagna. Per il Comune di Bologna ha collaborato alla manifestazione "Bologna 2000. Capitale della Cultura".

Cesop è una società di comunicazione e marketing per il recruiting di neolaureati. Ha collaborato a questa guida nel reperimento di siti Internet utili per esperienze di stage in Europa.
