

• EL CURRÍCULUM VITAE

Un bon currículum, complementat amb la carta de presentació, és una eina molt important per presentar la vostra candidatura a un lloc de treball en una empresa del vostre sector (autocandidatura), i per respondre a un anunci d'oferta de feina. Després de la publicació d'una oferta de feina, la primera notícia que rep una empresa d'una persona candidata és la carta de presentació i el currículum.

El currículum és un document que conté la informació personal i professional necessària sobre la persona candidata, on es destaca tot allò positiu i valuós de la seva experiència. L'objectiu del currículum és obtenir una entrevista personal.

CONTINGUT DEL CURRÍCULUM

L'estructura bàsica d'un currículum vitae és comuna a tots els formats, les diferències es troben en l'ordenació dels elements que el componen:

Dades personals: el nom, els cognoms, l'adreça, el telèfon (particular i mòbil) i l'adreça electrònica. En aquest apartat es poden incloure, però no és imprescindible segons els casos, el lloc i data de naixement, la nacionalitat, el DNI.

Estudis realitzats: ha de contenir les dates en què s'han realitzat els estudis, la titulació obtinguda i el centre en el qual s'han cursat. Aquest apartat és molt important per a les persones que busquen la seva primera feina; En aquest cas, si la mitjana de les notes obtingudes és rellevant, cal fer-ho constar.

Altres estudis: a més dels estudis reglats i reconeguts oficialment, és possible que s'hagin cursat estudis complementaris. Si és així, cal especificar-los.

Idiomes: cal indicar l'idioma i el nivell aconseguit. Els materns, n'hi ha prou amb especificar-los.

Informàtica: programes que es dominen i entorn que se sap emprar (PC i/o MAC). També és important especificar els coneixements que es tenen d'Internet.

Experiència professional: ha de proporcionar informació sobre:

- Empreses i sectors en els quals s'ha treballat anteriorment.
- Funcions i responsabilitats assumides.
- Període de temps en què s'ha treballat en cadascuna d'aquestes.

És interessant que destaqueu especialment en aquest apartat aquella experiència que és rellevant per a l'oferta de feina a la qual us presenteu.

Altres dades d'interès: és un apartat on es poden especificar diferents aspectes que poden reforçar definitivament el currículum professional: aficions, referències, capacitacions personals, etc. No és un apartat obligatori ni necessari si l'empresa no ho indica.

PERSONALITZAR EL CURRÍCULUM

No hi ha un model únic de currículum. Perquè el vostre currículum sigui efectiu, adapteu-lo per a cada oferta tenint en compte la trajectòria formativa i professional i els detalls de l'oferta concreta del lloc de treball. Podeu canviar l'ordre dels blocs o apartats, sí així aconsegiu més eficàcia en el currículum. Per exemple, podeu posar l'experiència abans que la formació, en el cas en què considereu que per a un determinat lloc de treball la vostra experiència és més important que els estudis realitzats.

Us presentem a continuació quatre tipus de currículum, per tal que trieu el que millor s'adapta a la vostra situació actual, pensant sempre en el lloc de treball al qual voleu accedir.

1. **Cronològic ascendent:** si teniu poca experiència, ordeneu les dates per ordre cronològic, de manera que destaquí l'evolució positiva.
2. **Cronològic descendent:** ordeneu les dates començant per la més recent fins a la primera, si la vostra experiència és llarga o si voleu trobar feina en allò que heu realitzat recentment.
3. **Funcional:** ordeneu les dades del currículum en funció de les àrees professionals si heu treballat en dos sectors o més que semblin diferents o que no tinguin una clara relació entre ells.
4. **Europeu:** especialment indicat si desitgeu sol·licitar una feina a la Unió Europea.