



# GHIDUL VIITORULUI ANGAJAT

**PENTRU O CARIERĂ DE SUCCES ACASĂ**

## BRAND-UL PERSONAL

### Cine sunt eu și cum mă percep ceilalți?

„Brand-ul personal este ceea ce vorbesc oamenii despre tine, după ce ai părăsit camera”  
Jeff Bezos, Fondatorul Amazon.com

**Brand-ul personal** e la intersecția dintre cum ne vedem noi și cum ne percep ceilalți. Ideal ar fi ca cele două păreri să se suprapună cât mai mult, iar noi putem contribui la asta lucrând în mod conștient la brand-ul personal. Autocunoașterea și conștientizarea propriilor abilități este poate cel mai greu proces din viața noastră.

### ETAPA DE AUTOCUNOAȘTERE



Ca viitor angajat și personalitate în devenire este foarte important să te descoperi pe tine, asta desigur este cel mai mare atu al tău, iată de ce am ilustrat 6 etape pe care le ai de parcurs pentru a te cunoaște și a începe să-ți formezi imaginea personală, trebuie doar să fii sincer cu tine și să pui pe foaie minim 3 abilități din fiecare etapă. Practic, acesta este un **stadiu de analiză** în care îți identifiți punctele tari și slabe, domeniul tău de expertiză și cele mai importante elemente de imagine cu care vrei să „ieși în lume”.

# 5 factori: cum ne alegem profesia?

## 1. MODELUL

- În multe cazuri, părinții sunt un model și își influențează copiii în alegerea unei viitoare profesii. Ei știu cel mai bine și, deși discută cu tinerii despre alegeri, încearcă mai mult să îi convingă. De obicei, ei se orientează spre ceea ce se caută la momentul acela pe piața muncii. Sunt și unii părinți, cu viziune, care cred că vor apărea noi tendințe.
- Model însă, înseamnă și anumiți profesori, care ne-au inspirat, sau vecini, rude, prieteni, gașcă, etc., ca să nu mai vorbim de cei care apar constant la TV.

În orice caz, modelul face parte din viața oricărui adolescent, care își caută identitatea. În valorile educației (*atât din partea familiei, cât și din cea a școlii*), modelul este necesar și reprezintă un criteriu esențial în alegerea viitorului.

## 2. TENDINȚELE PE PIAȚA FORȚEI DE MUNCĂ

Sau ce se caută! În ultimii ani, nu numai în țară, ci în Europa, în general. Chiar dacă au sau nu aptitudini sau indiferent de ceea ce își doresc cu adevărat, tinerii se orientează spre profesiile care au căutare în piața muncii și care sunt și bine plătite și asigură o anumită stabilitate. Astfel, se creează în timp, generații de economiști, jurnaliști, avocați, psihologi, etc.

Tendințele sunt foarte importante. Dar numai dacă fac parte dintr-un plan național complex, în care educația reprezintă o prioritate. În lipsa acestora, tendințele sunt sporadice, țin de un anumit context și pot să dispară rapid, fiind înlocuite cu altele.

În plus, dezvoltarea noilor tehnologii este atât de rapidă încât schimbările din domeniul profesional au devenit chiar dramatice. Este important evaluarea de potențial care trebuie cunoscut mai ales înainte de 18 ani, când restricțiile sociale nu sunt atât de acute.

### 3. VOCAȚIA

Este poate cel mai important criteriu în alegerea unei profesii. Întrebarea deseori este dacă toți o au, cum o descoperim și când. Descoperirea vocației ține în primul rând de noi înșine. Părinții ne pot îndruma (*și trebuie să o facă*) în acest demers de descoperire, iar școala, prin profesori, să ne cultivăm vocația. Dar pentru asta ar trebui să ne ajute și societatea în care trăim: un demers riguros, chiar instituționalizat, prin consultanți de carieră, prezenți în școli cu birouri permanente, ar susține pe foarte mulți elevi să urmeze un plan de educație conform vocației pe care o au.

### 4. NECESITATEA IMEDIATĂ

Un criteriu destul de des întâlnit în ultima perioadă. Tinerii aleg ce se oferă, fără să stea prea mult pe gânduri. **„Se caută șoferi, acolo mă duc”**. **„S-a deschis o nouă bancă și se caută agent de pază, asta o să fac”**. **„Sunt locuri la Inginerie, se intră doar cu dosar”** nu contează.

Unii au noroc și se califică la locul de muncă, reușind să se specializeze într-o meserie. Alții, din păcate cei mai mulți, caută tot timpul, oscilează între perioade de șomaj și angajare, devin sezonieri, etc.

Acest criteriu ține mai mult de maturizarea târzie a tinerilor, inclusiv în a alege o profesie. Tineri care aleg la întâmplare și migrează în domenii oarecum diferite, în speranța că își vor găsi locul la un moment dat.

Tendința unor tineri de a se califica la locul de muncă, de a-și găsi vocația pe măsură acumulării de experiență, nu este o greșeală. Implica doar câteva riscuri, mai ales pentru cei care pornesc mai târziu în activitatea profesională.

### 5. STATUTUL

Dorința de a fi cineva, de a reprezenta ceva în comunitate, este prezentă în structura motivațională a multora dintre noi. Dar pentru unii, este definitorie!

Sunt familii care își pregătesc copiii încă din primele clase pentru ceea ce le este „menit” să facă. **„Copilul meu va deveni doctor”** sau **„fiul/fiica mea va prelua afacerea”**, dar nu întotdeauna reprezintă vocația tânărului.

# 10 reguli pentru un CV reușit



- 1) Fiți concis, nu scrieți mai mult de 2 pagini;
- 2) Nu menționați data la care a fost întocmit CV-ul;
- 3) Prezentați studiile în ordine cronologică descrescătoare, începând cu cele mai recent absolvite;
- 4) Indicați toate cursurile de calificare profesională și de specializare care au relevanță pentru postul de muncă la care aplicați;
- 5) Începeți cu cele mai recente locuri de muncă, menționați experiența de muncă și calitățile obținute care vă vor ajuta în exercitarea postului la care aplicați;
- 7) Dacă sunteți proaspăt absolvent și încă nu dețineți experiență de muncă, axați-vă pe mediile foarte bune, cursurile relevante, premiile, distincțiile și bursele obținute, eventualele posturi de muncă part-time, activitățile de voluntariat și menționați calitățile care v-ar ajuta în cazul obținerii postului la care aplicați;
- 8) Înainte de a expedia sau tipări CV-ul, verificați greșelile gramaticale sau rugați pe cineva să vă ajute;
- 9) În caz că este necesar, tipăriți CV-ul pe hârtie albă, de calitate, format A4 și nu faceți modificări pe el cu pixul;
- 10) Păstrați CV-ul pe suport electronic, în așa fel încât să-l puteți edita și actualiza oricând este necesar.

### INTERVIUL FAȚĂ ÎN FAȚĂ



Este un pic mai complicat pentru că sentimentul că suntem analizați ca sub lupă, ne dă senzații de nervozitate. Pentru a depăși această stare și pentru a trece interviul mai ușor, urmați câteva reguli.

- 1.** Mergeți la interviu pregătit. Documentați-vă despre companie și locul de muncă pentru care aplicați. Citiți cât mai atent anunțul de angajare, astfel încât să înțelegeți care sunt așteptările față de candidații la această poziție și eventualele întrebări care ar putea fi acordate în legătură cu aceasta;
- 2.** Aveți grijă ca pe Internet să nu existe fotografiile cu Dvs în ipostaze nepotrivite, deoarece și angajatorii se pregătesc de interviu și își doresc să afle mai multe despre cel cu care vor sta de vorbă;
- 3.** Nu luați medicamente care vă pot da o stare de somnolență și nu consumați alcool;
- 4.** Îmbrăcați-vă corespunzător, optați pentru o ținută mai sobră, curată și îngrijită. Evitați culorile stridente, excesul de bijuterii și nu mergeți la interviu în pantaloni scurți;
- 5.** Nu mestecați gumă în timpul interviului;
- 6.** Faceți cel puțin trei copii suplimentare ale CV-ului și ale scrisorii de intenție;
- 7.** Zâmbiți, aceasta vă va ajuta să vă relaxați și să scăpați de starea de încordare;
- 8.** Răspundeți la întrebări clar, calm și sigur. Nu vă abateți de la subiect, încercați să fiți cât mai concis;
- 9.** Concentrați-vă ca să fiți cât se poate de concret în răspunsul pe care îl dați și oferiți exemple concrete din activitatea pe care ați desfășurat-o anterior;
- 10.** Adresați întrebări. Câteva întrebări precise referitoare la poziția pentru care aplicați sau companie sunt binevenite. Evitați însă să treceți direct la întrebări referitoare la salariu și nu cereți detalii despre alți candidați la poziția pentru care aplicați.



De multe ori, angajatorii se folosesc de interviul prin telefon pentru primul pas în recrutare. Cu ajutorul acestui tip de interviu, identifică persoanele potrivite pentru a fi chemate la un interviu față în față. De regulă, această modalitate de interviu este utilizată în cazul aplicării la posturi ce țin de vânzări, deservirea clienților la telefon, secretariat sau atunci când candidatul se află într-o altă localitate. Interviul la telefon este o bună modalitate de a testa temperamentul și coerența candidatului, de aceea e bine să vă pregătiți din timp să-l faceți față.

1. Faceți-vă o listă de calități și defecte și una de răspunsuri la întrebări standard. Pe lângă asta, notați-vă și câteva aspecte legate de experiența de muncă anterioară, abilitățile și talentele pe care le dețineți;
2. Nu vă grăbiți, răspundeți calm, clar și concis. Păstrați-vă cumpătul și nu vă lăsați provocat, pentru că anume prin intermediul interviului prin telefon unii angajatori verifică reacția potențialului candidat în situația când asupra lui se exercită presiuni nervoase;
3. Păstrați CV-ul în față, astfel încât să puteți folosi în timpul telefonului. Țineți lângă Dvs. un pix și o foaie pentru a putea lua notițe;
4. Căutați o cameră liberă, unde nimic nu v-ar putea distra atenția;
5. În cazul în care ați fost sunat într-un moment nepotrivit, încercați să sugerați o altă oră sau zi sau oferiți o alternativă.

### Întrebări generale pe care le-ați putea primi în cadrul unui interviu

- Ce te-a determinat să aplici la acest post?
- Ce îți dorești de la un nou loc de muncă?
- Ce fel de activitate ți-ar plăcea să desfășori?
- De ce consideri că ești mai potrivit decât alți candidați pentru a intra în echipa noastră?
- Ce informații / cunoștințe ai despre societatea / compania noastră?
- Spune-mi câteva cuvinte despre tine. Care consideri că sunt punctele tale forte și slabe?
- Ce poți aduce nou în firma noastră?
- Care sunt aspectele personale / profesionale la care ar trebui să mai lucrezi pentru a fi mai eficient? Ce trebuie să îți mai dezvolti?
- Ești dispus să lucrezi peste orele de program?
- Cum te descurci când ai sarcini cu termene limită?
- Cum reacționezi în situații stresante?
- Care sunt așteptările tale financiare?

## 20 de site-uri care te pot ajuta să-ți găsești un loc de muncă



- 👉 [anofm.md](http://anofm.md)
- 👉 [angajat.md](http://angajat.md)
- 👉 [civic.md](http://civic.md)
- 👉 [cariere.gov.md](http://cariere.gov.md)
- 👉 [rabota.md](http://rabota.md)
- 👉 [jobs.diez.md](http://jobs.diez.md)
- 👉 [lucru.md](http://lucru.md)
- 👉 [novajobs.md](http://novajobs.md)
- 👉 [piatamuncii.md](http://piatamuncii.md)
- 👉 [hr.md](http://hr.md)
- 👉 [jobinfo.md](http://jobinfo.md)
- 👉 [joblist.md](http://joblist.md)
- 👉 [finantare.gov.md](http://finantare.gov.md)
- 👉 [carieramea.com](http://carieramea.com)
- 👉 [moldovajob.com](http://moldovajob.com)
- 👉 [aport.md](http://aport.md)
- 👉 [bancadejoburi-chisinau.md](http://bancadejoburi-chisinau.md)
- 👉 [cariera.md](http://cariera.md)
- 👉 [ipt.md](http://ipt.md)
- 👉 [anacip.md](http://anacip.md)



## Mergi la Târguri de Cariere!

O carieră de succes se construiește în timp, nu se întâmplă peste noapte. De aceea, este necesar să înțelegi importanța evenimentelor de carieră precum târguri de carieră, conferințe, seminarii, workshop-uri sau proiecte pentru dezvoltarea ta personală și profesională.

Aceste tipuri de evenimente nu sunt doar lucruri pe care le poți adăuga în CV pentru a impresiona reprezentanții companiilor la interviul de angajare. Alese cu grijă, ele pot deveni cele mai importante arme în căutarea și obținerea job-ului dorit. De aceea, ți-am pregătit un calendar al târgurilor de carieră, conferințelor și proiectelor pentru dezvoltare personală și profesională pentru ca tu să fii la curent și să te asiguri că alegi ceea ce ți se potrivește cel mai bine.



## Târguri de joburi în Moldova



**FORULUI MESERIILOR/  
PROFESIILOR  
TÂRGUL LOCURILOR DE  
MUNCĂ PENTRU TINERET**

[www.anofm.md](http://www.anofm.md)

luna mai

**TÂRGUL DE CARIERE**  
[www.targuldecariere.md](http://www.targuldecariere.md)

prima săptămâna  
din aprilie și octombrie

**TÂRGUL ONLINE  
DE CARIERE**

[www.e-angajare.md](http://www.e-angajare.md)

online

**Conform bazei de date a Agenției Naționale pentru  
Ocuparea Forței de Muncă la data de 25.09.2017  
erau în evidență 10 722 locuri de muncă vacante.**

## LOCURI DE MUNCĂ DISPONIBILE:

<b>Lucrători în industria textilă și confecții</b>	2540	cusător (industria ușoară/confecțiilor)	2224
		confeționar articole de marochinărie asamblor	250
		articole de marochinarie	50
		șesător	9
		croitor-tăietor	5
		brodeză	2
<b>Lucrători calificați în întreprinderi industriale</b>	685	legător filoane, cabluri și conductori	200
		controlor calitate	86
		electrogazosudor	45
		sudor	45
		montantor subansable	40
		cizmar-confeționar încălțăminte	31
		lăcătuș-reparator	20
		lăcătuș instalator tehnică sanitară	18
		montator în producția de cabluri	17
		lăcătuș la repararea materialului rulant	17
		lăcătuș la asamblarea construcțiilor metalice	16
		asamblor	16
		completator mărfuri	14
		brigadier la depl.materie primă	12
		lăcătuș-mecanic	11
		vopsitor articole metalice	10
		asamblor articole din mase plastice	10
		turnător mase plastice	10
		electrosudor la mașinile automate și semiautomate	9
		strungar	9
		montator echipament de telecomunicații	8
		lăcătuș-controlor în sistemul de gaze	7
		asamblator articole din lemn	7
aparatisor la prelucrarea cerealelor	6		
presator	6		
controlor în producția de sticlă	5		
montator dispozitive și aparate radioelectronice	5		
preparator carne tocată	5		

<b>Operatori, aparatiști, mașiniști la instalații și mașini</b>	639	operator în sectorul de producție	252
		operator vânzări prin telefon	80
		operator la telecomunicații	51
		operator la calculatoare	32
		operator introducere, validare și prelucrare	25
		mașinist la excavatorul cu o singură cupă	14
		operator la mașinile cu comanda program	12
		operator în secția de debitare	11
		operator la stația de distribuire a gazelor	10
		operator la linie în industria alimentară	10
		operator la banda rulantă	10
		operator ghișeu bancă	10
		operator la utilaje de pârliț	9
		operator în sala de cazane	9
		operator la instalațiile tehnologice	7
		operator la mașina automată de croire	5
mașinist la buldozere	4		
mașinist la macarale	5		
<b>Lucrători în domeniul vânzărilor</b>	470	vânzător produse alimentare/realimentare	295
		casier	146
		magaziner	23
		bufetier	6
<b>Hoteluri și restaurante</b>	457	bucătar	231
		chelner (ospătar)	93
		brutar	52
		cofetar	32
		barman	30
		patiser	13
		modelator de aluat	6
<b>Transport și telecomunicații</b>	448	conducător auto (șofer)	263
		muncitor rutier	42
		montator cale ferată	42
		dispecer	21
		lăcătuș auto	20
		conducător troleibuz	15
		conductor	15
		conducător încărcător	7
		vopsitor auto	7
		mecanic auto	6
		operator la spălarea automobilelor	5
vulcanizator	5		

<b>Lucrători în domeniul serviciilor personale</b>	220	frizer	43
		inspector patrulare	37
		gardian public	37
		poștaş	29
		santinelă	28
		agent pază incinte	19
		polițist	18
		taxator	13
		scafandru salvator	10
		arhivar	8
manichiuristă	6		
<b>Lucrători în construcții</b>	219	tencuitor	56
		pietrar-zidar	35
		tâmplar	25
		placator cu plăci	15
		armator	15
		dulgher	13
		zugrav	13
		betonist	11
		formator	10
		fierar-betonist	8
		pavator	7
înelitor cu materiale în rulon sau foi asamblor construcții de beton armat	6		
		5	
<b>Lucrători calificați în agricultură, silvicultură, acvacultură, piscicultură</b>	164	tractorist - 46	46
		crescător de păsări - 39	39
		viticulor - 39	39
		muncitor la îngrijirea animalelor - 25	25
		cultivator legume - 15	15
<b>Electrician</b>	15	lăcătuș electrician	5
		lăcătuș-montator	5
		lăcătuș - electromontator	5

Detalii pe  
[www.anofm.md](http://www.anofm.md)



## Despre Agenția Națională pentru Ocuparea Forței de Muncă

**Agenția Națională pentru Ocuparea Forței de Muncă (ANOFM)** este organul central al serviciului public de specialitate, abilitat cu: promovarea politicilor, strategiilor și programelor de stat în domeniul dezvoltării pieței forței de muncă, protecția socială a persoanelor aflate în căutarea unui loc de muncă, prevenirea șomajului și combaterea efectelor sale sociale, implementarea politicii de migrație a forței de muncă monitorizarea activității agențiilor private pentru ocuparea forței de muncă.

**MISIUNEA:** susținerea implementării strategiilor naționale pentru ocuparea forței de muncă, prin asigurarea accesului egal la programe și servicii de ocupare calitative și bine direcționate.

### **FUNCȚII:**

- informare pe piața muncii;
- medierea muncii;
- administrarea măsurilor active;
- administrarea măsurilor pasive.

### **Beneficiarii serviciilor ANOFM:**

- agenții economici aflați în căutare de angajați;
- persoanele aflate în căutarea unui loc de muncă;
- cetățenii Republicii Moldova care pleacă la muncă peste hotare;
- cetățenii străini angajați la muncă în Republica Moldova.

**ANOFM** este prezentă pe întreg teritoriul țării prin 35 de agenții pentru ocuparea forței de muncă. Toate serviciile sunt oferite gratuit.

## **CEDA - mereu aproape pentru informarea și consilierea ta profesională**

**Centrul pentru Educație Antreprenorială și Asistență în Afaceri (CEDA)** o organizație non-governmentală, necomercială, apolitică, având ca scop:

- ✓ Contribuirea la dezvoltarea socio-economică a țării, eradicarea sărăciei prin promovarea, formarea și valorificarea competențelor profesionale, a inițiativei private și a spiritului antreprenorial.
- ✓ Promovarea antreprenoriatului și a spiritului antreprenorial prin instruire și educație antreprenorială, inițiere și dezvoltare a afacerilor.

De-a lungul activității sale, experții **CEDA** și-au setat o serie de obiective de importanță națională:

- ✓ Contribuirea la dezvoltarea sistemului național de formare și dezvoltare a competențelor profesionale și antreprenoriale, promovarea educației antreprenoriale prin învățământul formal și non-formal, susținerea inițierii și dezvoltării afacerilor.
- ✓ Acordarea de sprijin și asistență diversă antreprenorilor la lansarea, creșterea și accelerarea afacerilor micro, mici și mijlocii.

Promovarea unei imagini pozitive a antreprenoriatului și a spiritului antreprenorial în societate, facilitarea dialogului între mediul de afaceri și autoritățile publice.



**Agenția Națională pentru  
Ocuparea Forței de Muncă**

Strada Vasile Alecsandri 1,  
Chișinău, MD - 2009,  
Republica Moldova  
Tel: +373 22 721 003  
[www.anofm.md](http://www.anofm.md)



str. Mihai Eminescu 35 of. 7,  
Chișinău, MD - 2012,  
Republica Moldova  
Tel: +373 22 88 54 25  
fax: +373 22 88 54 26

[oficiu@ceda.md](mailto:oficiu@ceda.md)

[www.facebook.com/ceda.org](http://www.facebook.com/ceda.org)

Broșura este elaborată în cadrul proiectului „Reconceptualizarea orientării profesionale și consilierii în carieră” (REVOCC), implementat de către Centrul pentru Educație Antreprenorială și Asistență în Afaceri (CEDA) în parteneriat cu Ministerul Educației, Culturii și Cercetării, Agenția Națională pentru Ocuparea Forței de Muncă și susținerea financiară a Agenției pentru Dezvoltare din Austria (ADA).

În proiectul REVOCC au fost deschise trei Centre de Ghidare în Carieră în cadrul Agențiilor pentru Ocuparea Forței de Muncă din mun. Chișinău, Cahul și Soroca.

Centrele oferă gratuit servicii de ghidare în carieră prin:

- informare despre lumea profesiilor, specificul pieței muncii, profesii solicitate pe piața muncii etc.
- autocunoaștere (*cine sunt, ce pot, cum se potrivesc calitățile, trăsăturile mele cu profesia de vis etc.*);
- marketing vocational (*cum mă promovez, inclusiv prin CV, scrisoare de intenție, cum pot susține un interviu etc.*);
- luare a deciziilor (*cum decid ce profesie aleg, ce loc de muncă caut etc.*).

În afară de aceasta centrele organizează vizite la întreprinderi, instituții educaționale, Forumul profesiilor și Târgul locurilor de muncă, mese rotunde la diferite subiecte, întâlniri cu oameni de succes în carieră etc.

#### **DATE DE CONTACT:**

**Centrul de Ghidare în Carieră Cahul**  
or. Cahul, str. Ștefan cel Mare 15  
Tel: 0 (299) 22 1 86; 21 6 23; 2 0 595;  
[centruldeghidare.cahul@anofm.md](mailto:centruldeghidare.cahul@anofm.md)

**Centrul de Ghidare în Carieră Soroca**  
or. Soroca, str. Vasile Alecsandri 2  
Tel: 0 (230) 22 3 02; 23 0 66; 3 06 74;  
[centruldeghidare.soroca@anofm.md](mailto:centruldeghidare.soroca@anofm.md)

**Centrul de Ghidare în Carieră Chișinău**  
or. Chișinău, str. N. Titulescu 8  
0 (22) 55 0 107  
[centrudeghidare@anofm.md](mailto:centrudeghidare@anofm.md),  
[www.anofm.md](http://www.anofm.md)