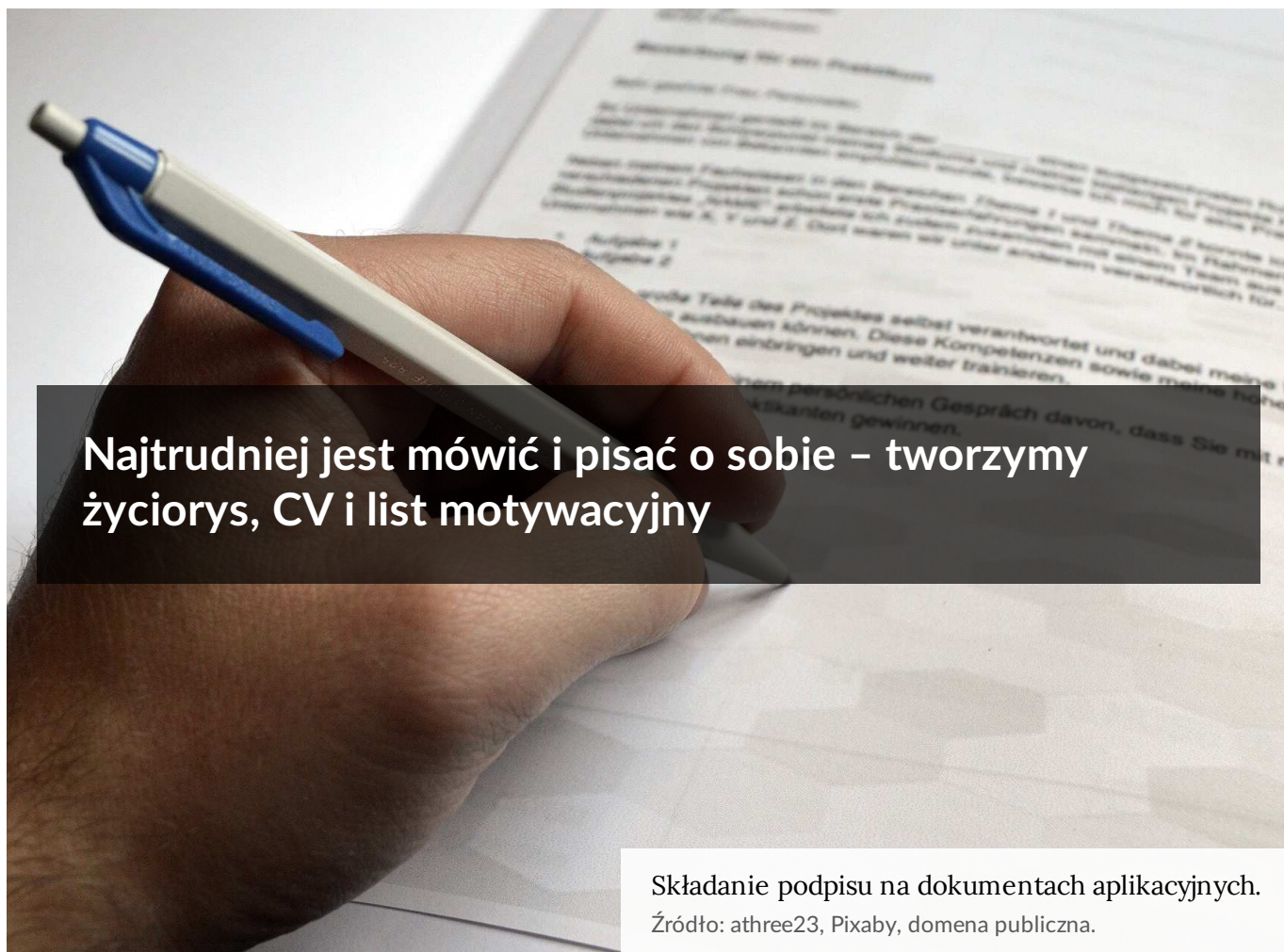


Najtrudniej jest mówić i pisać o sobie – tworzymy życiorys, CV i list motywacyjny



Najtrudniej jest mówić i pisać o sobie – tworzymy życiorys, CV i list motywacyjny

Składanie podpisu na dokumentach aplikacyjnych.

Źródło: athree23, Pixaby, domena publiczna.

We współczesnym świecie wysoko cenionym atutem człowieka jest umiejętność autoprezentacji, a więc zaprezentowania samego siebie. Aby zrobić na kimś wrażenie, ważne jest, aby:

- zadbać o schludny ubiór i stosowną fryzurę;
- zachowywać się odpowiednio do sytuacji;
- wypowiadać się zgodnie z zasadami języka polskiego.

Nie należy również zapominać, iż nasze wykształcenie, dokonania i doświadczenie może wpłynąć na naszą pozytywną ocenę. Gdy więc chcemy dokonać autoprezentacji przez potencjalnym pracodawcą lub inną ważną osobą, piszemy **życiorys**, **CV** oraz **list motywacyjny**.

Już wiesz

Zastanów się, jakie masz mocne i słabe strony. Zapisz je poniżej.

Trzy gatunki wypowiedzi: życiorys, CV i list motywacyjny

Życiorys

Życiorys jest opisem życia człowieka, uwzględniającym tylko informacje niezbędne, najważniejsze oraz istotne w danej sytuacji. Życiorys powinien zawierać:

- miejscowość i datę;
- imię i nazwisko osoby tworzącej życiorys;
- adres zamieszkania autora życiorysu;
- dane kontaktowe piszącego (np.: numer telefonu);
- nagłówek 'Życiorys';
- opis życia ułożony chronologicznie;
- własnoręczny podpis.

Oto przykład życiorysu:

Wrocław, 02.12.2010 r.

Anna Nowak
ul. Praska 5/7
54-200 Wrocław
tel.: 989 898 989

Życiorys

Urodziłam się 16 października 1994 roku w Szczawnie-Zdroju.

Mój ojciec, Jan, jest lekarzem w Dolnośląskiej Klinice Chorób Serca we Wrocławiu, a matka, Maria, z domu Kozak - nauczycielką w Szkole Podstawowej nr 139 we Wrocławiu.

Mam starszego o dwa lata brata Michała i młodszą o rok siostrę Monikę. Od 2001 roku uczęszczałam do Szkoły Podstawowej nr 136 we Wrocławiu, którą ukończyłam z wyróżnieniem w roku 2007.

W latach 2007-2010 byłam uczennicą Gimnazjum nr 42 we Wrocławiu. W roku 2008 zdobyłam mistrzostwo Dolnego Śląska w biegach na 100 metrów, natomiast w roku 2009 zostałam finalistką konkursu Moje Miasto. Naukę w gimnazjum ukończyłam ze średnią 5,0.

Od pięciu lat pasjonuję się fotografią i w ramach zajęć pozaszkolnych uczęszczam na kurs fotografii. Ponadto uczę się dodatkowo języka hiszpańskiego i uprawiam koszykówkę. Interesuję się również kinem amerykańskim.

Uważam, że moje pięcioletnie doświadczenie mogłoby pomóc mi w pracy jako wolontariuszka w Państwie schronisku. Bardzo chętnie zajęłabym się fotografowaniem zwierząt, które można byłoby adoptować.

A. Nowak

Anna Nowak

Przykładowy życiorys

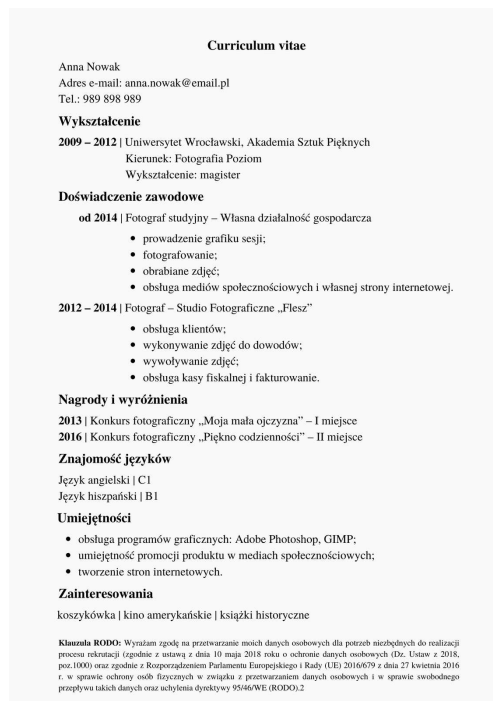
Źródło: Learnetic SA, licencja: CC BY 4.0.

Curriculum vitae

CV to forma życiorysu, w której umieszczamy najważniejsze informacje dotyczące naszego wykształcenia oraz doświadczenia zawodowego. CV powinno zawierać:

- nagłówek;
- imię i nazwisko;
- dane kontaktowe (np.: numer telefonu, adres e-mail);
- wykształcenie (zapisane chronologicznie, z ostatnio ukończonym etapem edukacji na samej górze);
- doświadczenie zawodowe (chronologicznie, z ostatnio ukończonym etapem edukacji na samej górze) wraz z wykonywanymi obowiązkami;
- nagrody, wyróżnienia, certyfikaty;
- znajomość języków;
- umiejętności;
- zainteresowania;
- klauzula o zgodzie na przetwarzanie danych.

Oto przykład CV:



Przykładowe CV

Źródło: Learnetic SA, licencja: CC BY 4.0.

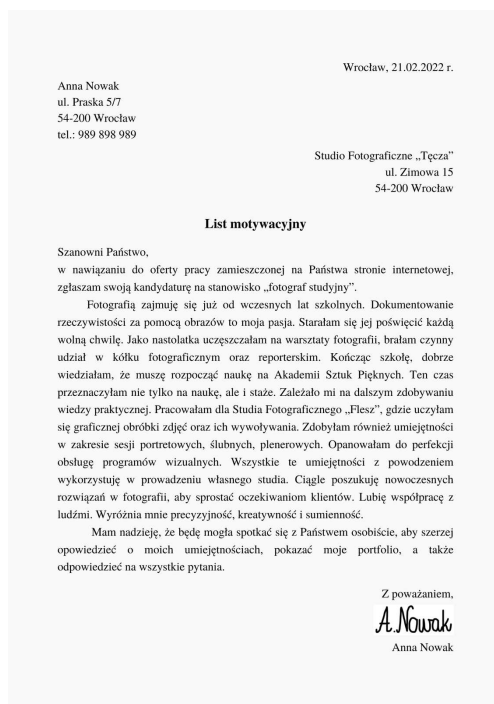
List motywacyjny

List motywacyjny jest rodzajem oficjalnego pisma, w którym przedstawia się swoje osiągnięcia, umiejętności i cechy po to, by zachęcić ewentualnego pracodawcę do zaproszenia nas na rozmowę kwalifikacyjną. List motywacyjny powinien zawierać:

- miejscowość i datę;
- dane piszącego (imię i nazwisko, miejsce zamieszkania, dane kontaktowe);
- dane odbiorcy;
- nagłówek;
- nazwę stanowiska, na które aplikuje autor;
- krótki opis doświadczenia;
- argumenty przemawiające za zatrudnieniem;
- zalety piszącego;
- wyrażenie nadziei na spotkanie;

- własnoręczny podpis.

Oto przykład listu motywacyjnego:



Przykładowy list motywacyjny

Źródło: Learnetic SA, licencja: CC BY 4.0.

Zadaniowo

Ćwiczenie 1.1

Dopasuj przykłady do jednej z dwóch kategorii. Które zdania odnoszą się do życiorysu, a które do CV?

Życiorys

Istotny graficzny układ treści.

Podawanie informacji w odwróconym porządku chronologicznym.

CV

Podawanie informacji w porządku chronologicznym.

Stosowanie czasowników w 1 os. lp.

Unikanie czasowników w formach osobowych.

Informacje podawane w blokach tematycznych.

Brak konieczności graficznego wyeksponowania imienia i nazwiska.

Źródło: zpe.gov.pl, licencja: CC BY 3.0.

Polecenie 1.1

Chcesz zaaplikować do instytucji organizującej bezpłatne korepetycje dla młodszych uczniów szkół podstawowych. Zredaguj swój życiorys lub CV, w którym wyrazisz chęć zostania wolontariuszem.

Ćwiczenie 1.2

Uporządkuj we właściwej kolejności informacje zawarte w CV osoby ubiegającej się o pracę w sekretariacie szkoły.

Dane osobowe:

Maria Kowalska
ul. Gdańska 5/7
54-200 Wrocław
tel.: 989 898 989



Znajomość języków:

język angielski na poziomie B2, język niemiecki na poziomie A2



Umiejętności:

- biegła obsługa programów rozliczeniowych;
- znajomość pakietu Microsoft Office.



Zainteresowania:

wspinaczka górską, kino



Doświadczenie zawodowe:

2020 – 2022 | pracownik administracyjno-biurowy w sekretariacie Liceum Ogólnokształcącym w Krakowie

- prowadzenie kalendarza dyrekcji;
- zajmowanie się korespondencją;
- organizowanie rekrutacji.



Nagłówek:

Curriculum vitae



Wykształcenie:

2009 – 2012 | Uniwersytet Jagielloński

wykształcenie: magisterskie

kierunek: administracja



Polecenie 2

Stwórz listę, w której zawrzesz swoje doświadczenie, umiejętności oraz zalety.

Następnie wybierz te, o których warto wspomnieć w liście motywacyjnym, jeżeli:

- chcesz zostać wolontariuszem Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy;
- starasz się o posadę redaktora w lokalnej gazecie;
- chcesz zostać asystentem trenera piłki nożnej pracującego z dziećmi ośmioletnimi;
- chcesz zostać instruktorem prowadzącym warsztaty artystyczne w miejskim ośrodku kultury.

Polecenie 3

Zredaguj list motywacyjny, odpowiedni dla wybranej przez siebie sytuacji z polecenia powyżej.

Ćwiczenie 2

Zredaguj list motywacyjny, który będzie odpowiedzią na jedno z poniższych ogłoszeń. Pamiętaj o zachowaniu odpowiedniej formy listu.

Ogłoszenie nr 1

'Dla większości z nas pójście do kina, teatru, restauracji, na koncert czy po prostu wyjście na spacer do parku jest czymś naturalnym i bez większych problemów osiągalnym. Jednakże są ludzie, dla których te zwyczajne sytuacje bywają czymś niezwykłym, czy wręcz niemożliwym do zrealizowania. Często są to osoby niepełnosprawne, które ze względu na różnorakie ograniczenia nie mają możliwości pełnego uczestnictwa w świecie społecznym.

Dlatego stworzyliśmy wyjątkowy projekt – 'Już nie jesteś sam'. Przedsięwzięcie to skierowane jest do osób niepełnosprawnych, które mają utrudniony dostęp do pełnego i samodzielnego życia społecznego. W ramach projektu organizowane będą różnego rodzaju wyjścia – do kina, teatru, kawiarni, na ciekawe imprezy kulturalne.

Poszukujemy wrażliwych, odpowiedzialnych wolontariuszy pragnących przyłączyć się do nas i wspomóc nas w naszym przedsięwzięciu. Głównym zadaniem wolontariuszy będzie pomoc beneficjentom projektu w dotarciu na miejsca spotkań.

Wolontariusze mają zapewniony bezpłatny wstęp do miejsc, w których organizowane będą spotkania'.

Ogłoszenie nr 2

'Bytomski Teatr Tańca i Ruchu ROZBARK poszukuje wolontariuszy: ludzi młodych, odpowiedzialnych, otwartych na nowe wyzwania i spotkanie z drugim człowiekiem. Poszukujemy osób chętnych do:

- pomocy przy obsłudze sztuki;
- promocji zarówno spektakli, jak i zajęć edukacyjnych;
- tłumaczeń tekstów na język angielski;

- innych prac związanych z działaniami naszej placówki.

Wszystkich zainteresowanych współpracą z Teatrem ROZBARK prosimy o kontakt drogą elektroniczną [...].

Polecenie 4

Wymień informacje, jakich informacji nie należy zamieszczać w CV lub liście motywacyjnym. Uzasadnij swoją odpowiedź.

Ćwiczenie 3

Poniżej znajdują się definicje słowa 'aplikacja' według [słownika](#) języka polskiego. Zaznacz tę, która ma związek z tematem lekcji.

- ☐ szkolenie oficerów lub podoficerów przechodzących z jednego do drugiego rodzaju broni
- ☐ podanie, np. o pracę lub o stypendium
- ☐ praktyka przygotowująca prawnika do zawodu adwokata, notariusza, prokuratora, radcy prawnego, arbitra lub sędziego
- ☐ ozdobny wzór wycięty z tkaniny lub skóry, naszyty na inną tkaninę; też: technika zdobnicza polegająca na naszywaniu takich wzorów
- ☐ komputerowy program użytkowy
- ☐ zastosowanie czegoś w praktyce