



Piano di carriera per liberi professionisti che lavorano nella GIG ECONOMY



## CONTENUTO

CHE COS'È UN PIANO DI CARRIERA? .....	3
IL PASSO PER IL PROCESSO DI PIANIFICAZIONE DELLA CARRIERA DI GIGGERS. 3	
Auto-esplorazione e valutazione .....	3
Pianificazione e azione .....	4
GIG ECONOMY E GIGGER .....	4
Che cos'è la GIG Economy? .....	5
GIG Workers e come funziona il modello GIG .....	5
Principali compiti svolti da GIGGERS .....	6
La griglia completa delle competenze per GIGGERS come elencato nel programma di e-learning .....	11
Procedimento suggerito per aiutarli a comprendere la loro forza. ....	24
Suggerimenti per i valutatori .....	24
ELEMENTI CHIAVE PER LA DISCUSSIONE CON UN GIGGER .....	27
Competenze di GIGGERS .....	28
Piano d'azione .....	30
RISORSE .....	31

## CHE COS'È UN PIANO DI CARRIERA?

La pianificazione della carriera comporta una riflessione metodica e più profonda su se stessi, in una prospettiva piacevole in cui l'obiettivo è quello di aumentare la conoscenza delle proprie qualità, forze e valori, al fine di mappare quale contesto offre le migliori condizioni "per essere dove sono al meglio". Ciò significa che il potenziale della persona e il desiderio interiore della persona sono intrecciati in un'immagine dell'obiettivo che mostra la strada verso la sua carriera.

- Hai mai tracciato i passaggi che devi compiere per prepararti a quel lavoro?
- Di quali qualifiche avrai bisogno prima di candidarti per quella posizione?
- Quali tipi di aziende hanno bisogno di quella posizione?

Potresti aver bisogno di soddisfare determinati requisiti per il lavoro dei tuoi sogni. Conoscere questi requisiti in anticipo ti aiuterà a prepararti per quel lavoro. Uno dei modi migliori per prepararsi è creare e seguire un percorso di carriera.

La pianificazione della carriera è il processo di prendere decisioni su ciò che vuoi fare della tua vita e su come lo realizzerai. Non è solo un'attività "una tantum", dovrebbe essere un processo continuo che rivisiti, specialmente quando tu, o il mondo, siete cambiati.

## IL PASSO PER IL PROCESSO DI PIANIFICAZIONE DELLA CARRIERA DI GIGGERS

### Auto-esplorazione e valutazione

Una persona disposta a lavorare nella GIG Economy, come ad esempio essere un lavoratore autonomo, deve prima capire il proprio livello di "spirito imprenditoriale". Lavorare da soli come lavoratore autonomo, cambiare cliente a giorni alterni, dipendere da un lavoro irregolare, richiede molte competenze che sono tipiche di un imprenditore, ma devono essere messe a punto per una persona che lavora in isolamento per la maggior parte del tempo, da remoto e senza il supporto di un team.

Il valutatore, l'allenatore, l'educazione devono guidare la persona a determinare il proprio livello di partenza ed essere onesta nella reale predisposizione personale al lavoro autonomo. In qualità di consulente, potresti utilizzare esercizi di identificazione delle abilità, inventari di interessi, stili di comunicazione e apprendimento e altri metodi per aiutarti a capire meglio te stesso.

Alcuni suggerimenti:

- Valutazioni degli interessi, che raccolgono dati sui tuoi gusti e antipatie riguardo a un'ampia gamma di attività, persone e oggetti. Molti profilatori di interessi, tra cui lo Strong-Campbell Interest Inventory, abbinano i tuoi interessi a sei tipi: realistici, investigativi, artistici, sociali, intraprendenti e convenzionali. Quindi, questi tipi vengono abbinati alle occupazioni che si adattano meglio.
- Valutazioni della personalità, che spesso utilizzano sondaggi online come il Myers-Briggs Type Indicator. Questo test classifica le persone in 16 tipi di personalità in base alle seguenti caratteristiche: Introversione o Estroversione, Percezione o

Intuizione, Pensiero o Sentimento, Giudizio o Percezione. Le persone con alcuni tipi di personalità ottengono risultati migliori in determinate occupazioni rispetto ad altre. Ad esempio, a un introverso potrebbe non piacere lavorare con altre persone tutto il giorno.

- Valutazioni attitudinali, che mettono alla prova le tue capacità e i tuoi punti di forza. Possono farti sapere se hai bisogno di ulteriore istruzione o formazione e possono anche aiutarti a decidere se vuoi spendere il tempo, il denaro e gli sforzi necessari per iniziare una nuova carriera.

Qui non dimostriamo questi strumenti, in quanto sono ampiamente conosciuti e disponibili. In qualità di consulente professionista, potresti anche avere i tuoi strumenti di valutazione personali.

Una volta che l'aspirante GIGGER ha completato il progetto, chiedigli di valutare i vantaggi e gli svantaggi della sua posizione e delle sue opzioni. Lo aiuterai a considerare molti fattori, tra cui i possibili equilibri tra retribuzione e divertimento, i pro e i contro dell'instabilità legata alla professione e l'equilibrio tra lavoro e vita privata.

Aiutalo a prendere in considerazione opzioni alternative ma simili, che dipendono dal settore, dalla professione e dall'industria in cui il professionista lavora.

## Pianificazione e azione

Una volta che l'aspirante GIGGER è sicuro del suo percorso, aiutalo a raccogliere tutte le informazioni necessarie per continuare il suo viaggio. Ulteriori informazioni su questo elemento sono disponibili nel TOOLKIT EDUCATORS.

Incoraggia l'aspirante GIGGER a includere informazioni di base, come la sua storia lavorativa, l'istruzione, il livello di formazione, il volontariato e altre esperienze non retribuite. Dovrebbe anche includere le loro licenze o certificazioni professionali, i risultati delle autovalutazioni che presentiamo in questo manuale e i consigli del consulente e altri suggerimenti da parte di pari e colleghi.

Quindi crea elenchi dettagliati di obiettivi a breve e lungo termine che dovrai raggiungere prima di raggiungere il tuo obiettivo finale di carriera. Questi elenchi dovrebbero includere tutti gli obiettivi occupazionali, educativi e formativi necessari per perseguire il percorso di carriera scelto. Dovresti anche aiutarli a considerare gli ostacoli al raggiungimento di tali obiettivi e come intendono superarli. Queste barriere potrebbero essere finanziarie, educative, professionali o personali, come il costo dell'università, gli obblighi familiari o la necessità di strumenti e forniture per la carriera scelta.

Suggerisci loro di scrivere ogni passaggio per il percorso di carriera previsto, compresi i passaggi che hanno già intrapreso per vedere i progressi che hai già fatto. Puoi farlo anche per le tue opzioni alternative per assicurarti di essere pronto a seguirle nel caso in cui la tua opzione ideale non funzioni.

## Che cos'è la GIG Economy?

La GIG Economy ha molti nomi e molte varianti, come "economia delle piattaforme" ed "economia peer-to-peer" ed è stata oggetto di molte polemiche nei media europei negli ultimi anni. A seconda del paese coinvolto, diverse parti possono contestare lo status occupazionale. In tutti i paesi coinvolti, sia il "dipendente" interessato che le autorità fiscali possono chiedere la riclassificazione. Esaminando i diversi schemi giuridici, vediamo che la maggior parte dei paesi offre solo la possibilità di uno status di lavoratore autonomo o di un contratto di lavoro per i lavoratori della GIG Economy. Per distinguere un lavoratore dipendente da un lavoratore autonomo, abbiamo riscontrato che l'esercizio dell'autorità del datore di lavoro nel rapporto è un criterio comune in tutti i paesi, in alcuni più decisivi che in altri.

La precarietà del GIG Worker è stata anche la principale preoccupazione della Commissione europea. In risposta a questo problema, la Commissione europea ha formulato diverse proposte e raccomandazioni per garantire una protezione sociale minima a tutti i lavoratori, indipendentemente dal loro status nello Stato membro.

Anche a livello nazionale, gli Stati membri si sono dati da fare. Nel nostro studio, forniamo una panoramica di come i lavoratori della GIG Economy sono attualmente trattati in un certo numero di importanti Stati membri dell'Unione Europea.

## GIG Workers e come funziona il modello GIG

I GIG Workers sono appaltatori indipendenti, lavoratori di piattaforme online, lavoratori di ditte a contratto, lavoratori a chiamata e temporanei che stipulano accordi formali con aziende (su richiesta) per fornire loro servizi. Insieme, formano la forza lavoro contingente di un'organizzazione.

Per i GIG Workers, il tempo è essenziale, motivo per cui le decisioni di assunzione devono essere prese rapidamente. Per aderire a questo sistema, il modello top-down che molte organizzazioni seguono diventerà inutile. Le reti attive dei social media stanno sostituendo i modi tradizionali di reclutare e lavorare e questa nuova forma di "collaborazione mista" e reciprocità tra pari sfiderà sicuramente le vecchie strutture gerarchiche.

### Retribuzioni e benefit

I GIG Worker sono considerati lavoratori professionali e il rapporto con l'organizzazione è guidato dal contratto, che viene firmato dalle parti reciproche. Alcuni contratti di concerto hanno un'assicurazione medica o sanitaria a seconda del settore di cui fanno parte e questi termini sono guidati dalla concorrenza. Poiché il compenso viene pagato in consolidamento, non ci saranno sottoelementi per i GIG Workers. Potremmo avere una retribuzione a tempo determinato o una retribuzione per i risultati. Possiamo considerare la retribuzione fissa per iniziare e collegare la retribuzione variabile in base alle prestazioni. La retribuzione bonus per i lavoratori GIG/liberi professionisti non è generalmente applicabile, ma può essere presa in considerazione in base al risultato.

### Team building (online)



Poiché i GIG Worker operano senza alcuna autorità e contesto sociale e spesso da una posizione diversa rispetto al resto della forza lavoro, ciò porta a una maggiore sensazione di insicurezza e disconnessione tra di loro. Pertanto, per assicurarsi che ci sia un coordinamento fluido tra i membri del team a tempo pieno e i GIG Workers, le risorse umane dovrebbero concentrarsi, tra le altre cose, sulla costruzione di una solida cultura online.

Le aziende possono costruire una cultura online in vari modi.

Per esempio:

- Disporre di strumenti collaborativi virtuali per lo scambio di idee, ma anche per discussioni informali,
- Creare un equilibrio con le riunioni video e non affidarsi solo alle e-mail,
- Spiegare la cultura dell'azienda ai GIG Worker, in modo che si sentano parte del progetto, ecc.

## Principali compiti svolti da GIGGERS

Compiti per GIGGER	Descrizione
<b>Consapevolezza e crescita personale</b>	Impegnati a sviluppare continuamente le competenze di cui hai bisogno per la tua professione. Ad esempio, se sei un freelance che scrive, impegnati a imparare nuovi stili di scrittura, migliorare il tuo tasso di errore o altri aspetti relativi alle tue prestazioni lavorative. Il lavoro autonomo ti consente di esercitare le tue capacità, creando spazio per l'espansione e migliorando le tue competenze secondo necessità. Puoi concentrarti su ciò che ami di più e assumere esperti per gestire gli elementi dell'attività che potrebbero richiedere competenze extra. Un dipendente gestisce responsabilità specifiche e questo può limitare le sue capacità quando sorge un problema sul posto di lavoro. Un dipendente può lavorare solo sulle specifiche delle proprie mansioni e attendere che il personale responsabile fornisca soluzioni su aree che sono al di fuori del proprio lavoro.
<b>Comprendere la professione</b>	Devi avere una profonda conoscenza del settore, del campo o del ruolo in cui sei interessato a lavorare. Ad esempio, se sei interessato a lavorare su progetti di sviluppo web in cui progetti siti Web per i clienti, potrebbe essere utile avere una formazione educativa e persino una certificazione professionale, se necessario.
<b>Costruisci un portfolio del tuo lavoro</b>	Indipendentemente dal campo in cui vuoi lavorare, è importante che tu abbia i mezzi per fornire prove della tua esperienza, delle tue capacità e della tua competenza nel tuo lavoro. Ad esempio, uno scrittore freelance in genere crea un portfolio di contenuti scritti che mostrano il suo talento e le sue capacità. Allo stesso modo, anche i GIG Worker che lavorano in settori specializzati come l'edilizia o la tecnologia possono tenere registri o documentare in altro modo il loro lavoro. In altri settori, come quello dell'ospitalità e dei trasporti, le valutazioni dei clienti e il feedback dei datori di lavoro possono soddisfare lo stesso scopo di un portfolio di lavoro.

**Trova contatti  
tramite bacheche  
di lavoro online,  
Usa le app online  
per unirti alle reti**

- Prendi in considerazione la possibilità di creare un account con un'app per GIG Workers dove puoi trovare opportunità per intraprendere progetti e lavorare secondariamente per soldi extra. Man mano che costruisci il tuo portfolio direttamente sul tuo profilo, più clienti vedranno la prova della tua esperienza e delle tue capacità. In ultima analisi, questo può portare a maggiori opportunità.
- Usa le bacheche di lavoro online come Indeed Gigs per sfogliare le offerte di lavoro disponibili nella categoria di tuo interesse. Quando utilizzi le bacheche di lavoro online, assicurati di creare un account e compilare le informazioni del tuo profilo. Includi le tue competenze, l'esperienza lavorativa e l'istruzione (se applicabile) insieme ad altri dettagli rilevanti sul tuo background professionale e sulle tue qualifiche.
- Processo di richiesta. Se un potenziale cliente vede il tuo lavoro e vuole assumerti, hai un processo in atto per supportare le richieste? Un processo semplice potrebbe essere quello di inviare una specifica richiesta mediante posta elettronica specifica per le assunzioni, in modo che non si perdano nella tua casella di posta personale, consentendoti di raggruppare più facilmente le risposte. Oppure potrebbe essere la creazione di una pagina "lavora con me" sul tuo sito web, con un modulo web specifico per le richieste di progetto, in modo che le persone possano mettersi in contatto con te direttamente per il lavoro. Idealmente, dovresti avere questo processo attivo prima di averne veramente bisogno, in modo da essere preparato per ogni contatto.

**Presenza sui  
social media e  
comunicazione**

- Il Social Media Marketing è una strategia indispensabile per i marchi contemporanei. Non c'è modo che un'azienda possa stare lontana dai canali utilizzati per l'interazione in tutto il mondo e avere comunque successo. Ecco perché è necessario conoscere bene ogni piattaforma e sviluppare piani per migliorare i risultati in ognuna di esse.
- Crea norme per la comunicazione con i clienti. Determina quali canali di comunicazione preferisci utilizzare con i clienti, come Slack o un indirizzo e-mail designato invece del tuo indirizzo e-mail personale o numero di telefono, in modo che i clienti sappiano quando e come contattarti. Inoltre, potresti prendere in considerazione la possibilità di comunicare ai clienti qual è un normale tempo di risposta (ad esempio, chiarendo che rispondi alle e-mail entro 24 ore).

**Costruisci una  
rete professionale.**

- Riunisciti e comunica con altri professionisti nella tua nicchia. Questo può aiutarti a costruire relazioni professionali che, in futuro, potrebbero portare a maggiori opportunità di lavoro per te.
- Partecipa agli eventi di networking. Pensa a partecipare a eventi di networking che si tengono regolarmente per i lavoratori GIG. Fiere del lavoro, conferenze e workshop di

sviluppo professionale sono luoghi eccellenti per incontrare potenziali clienti.

### **Chiedi referenze e raccomandazioni.**

- Trova sempre il modo di condividere il tuo portfolio e parlare del tuo lavoro, soprattutto con i potenziali clienti che ritieni possano beneficiare dei tuoi servizi. Oltre a questo, conserva copie del tuo portfolio su un sito web personale, sui tuoi profili di lavoro e sui profili delle tue bacheche di lavoro.
- Trova un punto di vendita unico (USP). Uno dei più grandi malintesi sul lavoro autonomo è che per avere successo un'impresa deve essere avviata da un imprenditore con una grande idea. Avere le giuste competenze, passione e senso degli affari sono fattori più importanti per raggiungere il successo.
- Ogni volta che completi un progetto o un lavoro per un cliente, chiedi loro una testimonianza e future referenze sulle loro reti. Più puoi utilizzare i feedback e le raccomandazioni dei tuoi clienti passati, e anche dei partner di lavoro o dei colleghi, più opportunità puoi trovare.

### **Lavora in modo indipendente**

- Per molti, la più grande attrattiva del lavoro autonomo è la flessibilità. Anche se può essere allettante lavorare ovunque e in qualsiasi momento, la creazione di un programma coerente può essere utile per molti lavoratori autonomi. La creazione di un programma ti aiuta a mantenere un migliore senso di equilibrio tra lavoro e vita privata, in modo da non essere sempre "attivo". Migliora anche la tua comunicazione con potenziali clienti, perché devono stabilire orari per contattarti, creando un senso di routine e professionalità.
- La pianificazione e la costruzione di una routine stabile aumentano la produttività e la concentrazione. Naturalmente, ci sono alcune procedure comuni che possono essere impostate: il rispetto di un programma, il rispetto di una lista di cose da fare e piani su come iniziare la giornata con il lavoro più impegnativo o una chiamata del cliente. Altri sono più personali, ad esempio ricordandosi di impostare abitudini di cura di sé (sonno, alimentazione, esercizio fisico). Sia le routine di lavoro comuni che le opzioni più personali migliorano il senso dell'ordine e del controllo in circostanze incerte.

### **Autogestione**

- Man mano che entri nel mondo del lavoro autonomo, lo sviluppo di processi standard può aiutarti a lavorare in modo più intelligente, migliore e più veloce. Esamina la tua dichiarazione di lavoro per identificare le attività che possono essere automatizzate o semplificate. Spesso, il miglior punto di partenza è con le attività che vengono eseguite ripetutamente, ad esempio le attività amministrative che possono essere automatizzate.
- Implementare un CRM. Una piattaforma di gestione delle relazioni con i clienti (CRM) può essere uno strumento prezioso per tenere traccia delle informazioni sui clienti. Puoi utilizzare un CRM per gestire tutte le comunicazioni con i clienti senza dover tenere traccia manualmente della



corrispondenza da un foglio di calcolo o dalla tua casella di posta.

### **Gestione di progetto**

Come stai monitorando il modo in cui viene gestito il lavoro dei clienti? Con un sistema di gestione dei progetti, il tuo lavoro come lavoratore autonomo sarà più facile e i tuoi clienti e committenti probabilmente riceveranno la stessa esperienza positiva. Puoi utilizzare uno strumento come Asana per aiutarti a gestire i progetti dei tuoi clienti e integrarlo con il tuo CRM.

### **Lavoro a distanza**

- Un lavoratore autonomo può scegliere l'ambiente di lavoro che preferisce. Può affittare un ufficio, trovare un posto di lavoro condiviso o lavorare da casa. Consente di risparmiare una notevole quantità di tempo e denaro e di migliorare la produttività. La ricerca di un ambiente di lavoro confortevole aiuta i lavoratori autonomi a evitare distrazioni e a rimanere concentrati per ottenere risultati.
- In confronto, un dipendente ha scelte limitate su dove e quando lavorare. In genere lavorano nello stesso ambiente di lavoro ogni giorno. Questo spesso comporta un pendolarismo quotidiano, che può essere costoso e dispendioso in termini di tempo. Devono anche lavorare con orari fissi e ottenere solo pochi giorni di ferie in un anno.

### **Gestione del reddito variabile**

- I lavoratori autonomi non hanno i contributi pensionistici detratti automaticamente dalla busta paga. Sarà tuo compito quello di aprire un conto pensionistico e mettere in atto un piano di risparmio per la pensione. Potresti anche voler aprire un conto per aumentare il tuo potenziale di risparmio, ma tieni presente che i tuoi investimenti possono generare dividendi che, una volta venduti, genereranno plusvalenze imponibili. È utile parlare con un consulente finanziario per sapere esattamente cosa puoi fare per assicurarti di risparmiare abbastanza per raggiungere i tuoi obiettivi pensionistici.
- Stabilire un budget. Quando sei un lavoratore autonomo, hai bisogno di un piano solido per aiutarti a gestire le finanze della tua azienda. Quando gestisci la tua retribuzione (e quella dei tuoi dipendenti) è imperativo che tu capisca da dove provengono i tuoi soldi.
- Conti separati: apri un conto aziendale per mantenere più facilmente le tue spese aziendali separate dalle tue spese personali.
- Risparmia in modo aggressivo: quando gli affari vanno a gonfie vele, metti più soldi possibile nel risparmio, per aiutarti a superare un potenziale crollo in futuro.
- Mantieni le spese flessibili: organizza le tue finanze in modo da poter ridurre i servizi quando necessario.
- Ritarda gli acquisti di grandi dimensioni: se hai appena iniziato a lavorare per te stesso, potresti voler ritardare l'acquisto di una nuova casa o auto in modo da non avere un pagamento enorme che pende sulla tua testa.

### **Gestione della vita e del lavoro**

- Quando sei il capo di te stesso, puoi essere tentato di sentirti come se avessi bisogno di lavorare tutto il tempo. In un lavoro tradizionale, ci sono spesso orari di lavoro prestabiliti o uno



Co-funded by  
the European Union

spazio fisico in cui si va e si esce ogni giorno per stabilire dei confini. Quando lavori per te stesso, devi creare quei limiti per te stesso.

- Creare uno spazio di lavoro designato per te stesso che sia solo per il lavoro. Questo stabilisce un confine tra spazio ricreativo e professionale. Quando sei nel tuo spazio di lavoro, è il momento di lavorare e concentrarti.
- Procedura fuori sede. Quando lavori per te stesso, non avrai un piano PTO strutturato o un back-up designato per gestire le richieste nel caso in cui tu sia fuori sede, ad esempio in ferie. Per proteggere il tuo tempo lontano dal lavoro, assicurati di comunicare ai clienti e alle parti interessate quando sarai assente e per quanto tempo e imposta i risponditori automatici in modo che i clienti che chiedono informazioni sappiano quando tornerai e quando possono aspettarsi di sentirti.

## La griglia completa delle competenze per GIGGER come elencato nel programma di e-learning

### SPIRITO IMPRENDITORIALE

#### Avere una conoscenza avanzata di:

- La realtà organizzativa
- Come individuare le opportunità
- Quando prendere l'iniziativa
- Come adattarsi ed essere flessibili
- Decisionale
- Affrontare l'incertezza, l'ambiguità e il rischio
- Imparare attraverso l'esperienza
- identificare, comprendere, descrivere e classificare situazioni di incertezza
- Approcci per descrivere i rischi correlati all'attività

#### Avere una gamma avanzata di competenze cognitive e pratiche per:

- Identificare e cogliere le opportunità per creare valore
- Identifica le esigenze e le sfide che devono essere soddisfatte.
- Rifletti sui tuoi bisogni, aspirazioni e desideri a breve, medio e lungo termine
- Identifica e valuta i tuoi punti di forza e di debolezza.
- Credi nella tua capacità di influenzare il corso degli eventi, nonostante l'incertezza, le battute d'arresto e i fallimenti temporanei.
- Sii determinato a trasformare le idee in azione e a soddisfare il tuo bisogno di realizzare
- Preparati ad essere paziente e continua a cercare di raggiungere i tuoi obiettivi individuali o di gruppo a lungo termine
- Sii resiliente sotto pressione, avversità e fallimenti temporanei
- Agire e lavorare in modo indipendente per raggiungere gli obiettivi, attenersi alle intenzioni e svolgere i compiti pianificati
- Utilizzare qualsiasi iniziativa per la creazione di valore come un'opportunità di apprendimento
- Impara con gli altri, inclusi colleghi e mentori
- Rifletti e impara sia dal successo che dal fallimento (tuo e degli altri)

- Prendi decisioni che hanno a che fare con l'incertezza, l'ambiguità e il rischio.
- Accetta le sfide.
- Essere proattivi nel cambiare lo status quo di un processo/servizio/prodotto per superare l'insoddisfazione.
- Essere in grado di analizzare i rischi nel processo di cambiamento e agire di conseguenza.
- Avere la capacità di stabilire reti, che consentono la promozione di (nuove) idee all'interno di un'organizzazione.
- Imparare facendo
- Rivedere le decisioni se il percorso prestabilito si rivela sbagliato o difficile
- Riconosci le opportunità e coglile se forniscono un vantaggio
- Trova soluzioni alternative o creative a problemi standard.
- Funzionamento in situazioni sconosciute in cui le conseguenze sono imprevedibili
- Gestire situazioni in rapido movimento in modo rapido e flessibile
- Calcola e gestisci il rischio



Co-funded by  
the European Union

	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Prendere decisioni quando il risultato di tale decisione è incerto, quando le informazioni disponibili sono parziali o ambigue o quando esiste il rischio di risultati indesiderati</li><li>➤ Gestisci le situazioni in rapida evoluzione in modo rapido e flessibile.</li><li>➤ Essere consapevoli che in ogni situazione ci sono opzioni e alternative disponibili</li><li>➤ Essere in grado di adattarsi alle particolarità di ogni situazione</li><li>➤ Fiducia in se stessi nell'essere in grado di apportare modifiche nelle decisioni e nelle azioni</li><li>➤ Usa il pensiero analitico per creare possibili risultati di scenario</li></ul>	
--	--	--



## ORGANIZZARSI CON ELEMENTI DI PROJECT MANAGEMENT

- |  |   |   |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Saper definire obiettivi e priorità.</li> <li>➤ Saper tenere traccia del lavoro da completare, assegnando priorità e fare ordine nei compiti da svolgere.</li> <li>➤ Raccogliere informazioni su diversi campi relativi al proprio progetto/lavoro.</li> <li>➤ Avere una conoscenza consolidata del settore e del settore dell'appaltatore.</li> <li>➤ Identificare diversi metodi e strumenti per una pianificazione di successo</li> <li>➤ Conoscere diversi metodi per il monitoraggio dei progressi.</li> <li>➤ Identificare possibili soluzioni per prevenire rischi e ritardi nel raggiungimento dei risultati.</li> <li>➤ Avere una buona conoscenza dell'ambiente in cui opera il GIGGER</li> <li>➤ Descrivere i principi di un lavoro di squadra efficace per prevenire conflitti e problemi con il team dell'appaltatore.</li> <li>➤ Saper identificare i rischi e le incertezze che possono impedire il raggiungimento dell'obiettivo del progetto.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Misurare e garantire l'avanzamento del progetto</li> <li>➤ Misurare e garantire la qualità dei risultati</li> <li>➤ Eseguire la gestione delle attività</li> <li>➤ Essere in grado di definire obiettivi e priorità</li> <li>➤ Capacità di determinare l'appropriatezza</li> <li>➤ Misure per raggiungere gli obiettivi del progetto e il coordinamento di tali misure</li> <li>➤ Riconoscere e risolvere i problemi</li> <li>➤ Capacità di collegare conoscenze provenienti da diversi campi al fine di raggiungere gli obiettivi del progetto</li> <li>➤ Creare e garantire la gestione del tempo del progetto</li> <li>➤ Monitorare lo stato di avanzamento</li> <li>➤ Flessibilità per adattarsi ai cambiamenti nei piani di progetto</li> <li>➤ Impostare obiettivi SMART</li> <li>➤ Prioritizzazione delle misure necessarie per raggiungere gli obiettivi del progetto</li> <li>➤ Possibilità di monitorare le attività al fine di riprogrammare/riplanificare quando necessario</li> <li>➤ Usa il pensiero analitico per creare possibili risultati di scenario</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Applicare processi e metodi per raggiungere con successo gli obiettivi di un progetto entro la tempistica stabilita.</li> <li>➤ Riflettere sui risultati del progetto e decidere i miglioramenti</li> <li>➤ Assicurati che la gestione del tempo del progetto sia appropriata e che tutte le scadenze siano rispettate</li> <li>➤ Definire le priorità e i piani d'azione</li> </ul> |
|--|---|---|

## COMUNICAZIONE

<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Comunicazione efficace: imparare a usare un linguaggio appropriato e segnali non verbali per trasmettere il proprio messaggio in modo assertivo.</li> <li>➤ Tecniche di assertività per affrontare le critiche in contesti comunicativi personali e professionali</li> <li>➤ Feedback costruttivo: impara a fornire e ricevere critiche in modo costruttivo; fornire un feedback rispettoso, specifico e attuabile. Allo stesso modo, imparare anche a ricevere feedback senza sentirsi attaccati o senza porsi sulla difensiva.</li> <li>➤ Risoluzione dei conflitti: gestire i conflitti e i disaccordi in modo sano e costruttivo. Come esprimere preoccupazioni e bisogni in modo assertivo, senza ricorrere all'aggressività o a comportamenti passivo-aggressivi.</li> <li>➤ Fiducia in se stessi: costruire la fiducia in se stessi e l'autostima degli individui quando comunicano in situazioni difficili.</li> <li>➤ Empatia e Perspective-Taking: promuovere l'empatia e le capacità di assunzione della prospettiva. Considera il punto di vista dell'altra persona e comprendi le sue intenzioni dietro la critica.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Trasmetti il tuo messaggio per ottenere una risposta assertiva.</li> <li>➤ Produci un messaggio di innovazione chiaro, conciso, genuino e personale per i tuoi interlocutori.</li> <li>➤ Dimostrare capacità di ascolto attivo che portino a un valido scambio di discussioni.</li> <li>➤ Analizza il tuo pubblico o i tuoi interlocutori per capire come entrare in contatto con i loro valori e il loro punto di vista.</li> <li>➤ Identifica le interruzioni potenziali o attuali nella comunicazione.</li> <li>➤ Dimostrare la capacità di superare i problemi e le barriere comunicative.</li> <li>➤ Utilizzare efficacemente le tecniche di assertività per affrontare le critiche. Possono navigare nelle conversazioni con sicurezza, pur mantenendo interazioni rispettose e costruttive con gli altri.</li> <li>➤ Monitora il processo di comunicazione comprendendo te stesso come trasmettitore di un messaggio, di come l'innovazione dovrebbe essere codificata e di come i destinatari comprenderanno questo messaggio.</li> <li>➤ Assicurarsi che il codice del messaggio, il registro linguistico e lo stile siano condivisi tra il trasmettitore e il destinatario.</li> <li>➤ Assicurati che la comunicazione sia stabilita in entrambe le direzioni, sia semplice, focalizzata sui dettagli e sensibile al tempo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Fiducia: esprimere pensieri e idee con sicurezza, anche di fronte alle critiche. Sviluppare una fiducia nel proprio valore e nelle proprie capacità, consentendo loro di impegnarsi in conversazioni aperte e costruttive.</li> <li>➤ Rispetto di sé: valorizzare le proprie opinioni e i propri bisogni. Comprendi che le critiche costruttive possono essere utili, ma riconoscono anche l'importanza di difendersi e mantenere il rispetto di sé negli scambi di comunicazione.</li> <li>➤ Apertura mentale: gli individui che praticano tecniche di assertività affrontano le critiche con una mente aperta. Sono disposti ad ascoltare i punti di vista degli altri, ad analizzare il feedback che ricevono e a considerare la validità delle critiche prima di rispondere. Questo atteggiamento favorisce una migliore comprensione e promuove un dialogo costruttivo.</li> <li>➤ Resilienza emotiva: gestire le emozioni in modo efficace in situazioni difficili. Sviluppare la capacità di rimanere composti e di non lasciare che le critiche abbiano un impatto negativo sul proprio benessere emotivo. Questo atteggiamento consente una risposta più obiettiva e produttiva alle critiche.</li> <li>➤ Empatia: incoraggiare le persone a considerare i sentimenti e le prospettive degli altri coinvolti in uno scambio di comunicazione. Capire che le critiche possono essere difficili da fare e da ricevere e occorre sforzarsi di affrontare la situazione con empatia. Questo atteggiamento promuove discussioni più sane e compassionevoli.</li> </ul>
--	---	---



Co-funded by  
the European Union

## NETWORKING

<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Metodi, strategie e procedure specifiche per seguire e mantenere la rete.</li><li>➤ Considerare i principi della comunicazione e dell'interazione efficace.</li><li>➤ Identificare a chi deve essere trasmesso il messaggio.</li><li>➤ Definire gli approcci, i metodi e le procedure specifiche per promuovere attivamente i propri servizi professionali.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Sostanzia il tuo messaggio di innovazione per convincere il pubblico del suo valore aggiunto.</li><li>➤ Illustrare la preparazione, l'utilità e i vantaggi dell'assunzione</li><li>➤ Modifica la tua proposta di vendita mostrando interesse, contrattando, evitando di spingere o forzando i tuoi pensieri.</li><li>➤ Trasmetti il tuo messaggio con un linguaggio del corpo sicuro di sé e positivo.</li><li>➤ Assicurati di generare una prima impressione forte e professionale.</li><li>➤ Dimostra capacità di ascolto attivo.</li><li>➤ Diventa fondamentale nel networking degli altri.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Creare una rete professionale per lo scambio di informazioni e lo sviluppo di contatti.</li><li>➤ Monitora la rete e il follow-up per massimizzare la portata della tua innovazione.</li><li>➤ Assicurati che la comunicazione sia stabilita in entrambe le direzioni, sia semplice, focalizzata sui dettagli e sensibile al tempo.</li><li>➤ Garantisci la tua inclusione nella rete di altri stakeholder</li></ul>
---	--	--

## MARKETING E MARCHIO PERSONALE

Avere una conoscenza specialistica, fattuale e teorica completa di:

- principi della comunicazione e dell'interazione efficace.
- dei approcci, i metodi e le procedure specifiche all'interno dell'azienda per comunicare nuove idee.
- Dei metodi, strategie e procedure specifiche per seguire e mantenere la propria rete.
- dell'organigramma e del funzionamento generale dell'azienda per identificare a chi trasmettere il messaggio.
- della corrispondenza tra la tua innovazione e la missione, la visione e i valori dell'azienda.

Avere una gamma completa di competenze cognitive e pratiche per:

- Trasmettere il tuo messaggio per ottenere una risposta assertiva.
- Produrre un messaggio di innovazione chiaro, conciso, genuino e personale per i tuoi interlocutori.
- Dimostrare capacità di ascolto attivo che portino a un valido scambio di discussioni.
- Analizzare il tuo pubblico o i tuoi interlocutori per capire come entrare in contatto con i loro valori e il loro punto di vista.
- Identificare le interruzioni potenziali o attuali nella comunicazione.
- Dimostrare la capacità di superare i problemi e le barriere comunicative.

- Monitorare il processo di comunicazione, comprendendo te stesso come trasmettitore di un messaggio, di come l'innovazione dovrebbe essere codificata e di come i destinatari comprenderanno questo messaggio.
- Assicurarsi che il codice del messaggio, il registro linguistico e lo stile siano condivisi tra il trasmettitore e il destinatario.
- Assicurati che la comunicazione sia stabilita in entrambe le direzioni, sia semplice, focalizzata sui dettagli e sensibile al tempo.



## EFFICIENZA NELL'USO DELLE TIC

- Sapere quali strumenti e servizi di comunicazione (ad es. telefono, e-mail, videoconferenza, social network, podcast) sono appropriati in circostanze specifiche (ad es. sincrono, asincrono), a seconda del pubblico, del contesto e dello scopo della comunicazione.
- Essere consapevoli della necessità di formulare messaggi in ambienti digitali in modo che siano facilmente comprensibili dal pubblico di destinazione.
- Essere consapevoli dei vantaggi derivanti dall'utilizzo di strumenti e tecnologie digitali per i processi collaborativi a distanza (es. riduzione dei tempi di pendolarismo, unire competenze specialistiche indipendentemente dalla posizione).
- Comprendere che, al fine di co-creare contenuti digitali con altre persone, buone abilità sociali, ad esempio una comunicazione chiara, capacità di chiarire le incomprensioni, sono importanti per compensare i limiti della comunicazione online.
- Essere consapevoli dell'esistenza di alcune regole previste sul proprio comportamento nell'utilizzo delle tecnologie digitalim, ad esempio, l'utilizzo di cuffie audio al posto degli altoparlanti quando si effettuano chiamate in luoghi pubblici o si ascolta

- Sapere come utilizzare una varietà di funzioni di videoconferenza, ad es. moderazione di una sessione, registrazione di audio e video.
- Essere in grado di realizzare una comunicazione efficace in modalità asincrona (non simultanea) utilizzando strumenti digitali, ad esempio per la reportistica e il briefing, la condivisione di idee, la fornitura di feedback e consigli, la pianificazione di riunioni, la comunicazione di milestone.
- Sapere utilizzare gli strumenti digitali per la comunicazione informale con i colleghi al fine di sviluppare e mantenere relazioni sociali, ad esempio per riprodurre conversazioni come quelle durante le pause caffè faccia a faccia.
- Considerare la necessità di bilanciare le attività di comunicazione asincrona e sincrona, ad esempio per ridurre al minimo l'affaticamento delle videoconferenze, per rispettare i tempi e gli orari di lavoro preferiti dai colleghi.
- Saper utilizzare gli strumenti digitali in un contesto collaborativo per pianificare e condividere compiti, responsabilità e team di lavoro, ad es. calendario digitale, agende per viaggi e attività ricreative.
- Saper utilizzare gli strumenti digitali per facilitare e migliorare i processi collaborativi, ad esempio attraverso lavagne visive condivise e tele digitali, ad es. Mural, Miro, Padlet.

- Essere proattivi nell'utilizzo di Internet e delle tecnologie digitali per cercare opportunità di lavoro.
- Essere sicuri di effettuare transazioni online dopo aver adottato adeguate misure di sicurezza e protezione
- Essere incline ad adottare una prospettiva empatica nella comunicazione, ad es. essere reattivi alle emozioni e alle esperienze di un'altra persona, negoziare i disaccordi per costruire e sostenere relazioni eque e rispettose.
- Incoraggiare tutti a esprimere le proprie opinioni in modo costruttivo quando si collabora in ambienti digitali.
- Agire in modo affidabile per raggiungere gli obiettivi del gruppo quando ci si impegna nella co-costruzione di risorse o conoscenze.
- Essere incline all'utilizzo di strumenti digitali appropriati per favorire la collaborazione tra i membri di un team e, allo stesso tempo, garantire l'accessibilità digitale.
- Avere la disponibilità ad adattare una strategia di comunicazione appropriata a seconda della situazione e dello strumento digitale: strategie verbali (scritta, orale), strategie non verbali (linguaggio del corpo, espressioni facciali, tono di voce), strategie visive (segni, icone, illustrazioni) o strategie miste.
- Essere incline a concentrarsi sul benessere fisico e mentale ed evitare gli impatti negativi dei media digitali, ad es. uso eccessivo, dipendenza, comportamento compulsivo.



Co-funded by  
the European Union

<p>musica.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Essere consapevoli che l'adattamento del proprio comportamento in ambienti digitali dipende dalla relazione con gli altri partecipanti, ad es. amici, colleghi, manager, e dallo scopo in cui avviene la comunicazione come istruire, informare, persuadere, ordinare, intrattenere, informare o socializzare.</li><li>➤ Essere consapevoli dell'importanza di bilanciare l'uso delle tecnologie digitali con il non uso come opzione, poiché molti fattori diversi nella vita digitale possono avere un impatto sulla salute personale, sul benessere e sulla soddisfazione della vita.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Saper utilizzare strumenti e tecnologie digitali in un contesto di lavoro a distanza per la generazione di idee e la co-creazione di contenuti digitali, ad es. mappe mentali e lavagne condivise, strumenti di sondaggio.</li><li>➤ Sapere come identificare i messaggi di posta elettronica sospetti che tentano di ottenere informazioni sensibili, ad esempio dati personali, identificazione bancaria etc, o che potrebbero contenere malware. Sapere che queste e-mail sono spesso progettate per ingannare le persone che non controllano attentamente e che sono quindi più suscettibili alle frodi, contenendo errori intenzionali che impediscono alle persone attente di fare clic su di esse.</li><li>➤ Saper applicare, per sé e per gli altri, una varietà di strategie di monitoraggio e limitazione dell'uso digitale, ad es. regole e accordi sui tempi senza schermo, disponibilità ritardata di dispositivi per bambini, installazione di software di limitazione del tempo e filtraggio.</li></ul>	
---	--	--

## AUTOGESTIONE

Avere una conoscenza specialistica, fattuale e teorica completa di:

- Principi di base dell'autogestione
- Consapevolezza di sé e autoefficacia
- Agire in modo professionale/etico
- Motivazione e perseveranza
- Strumenti per l'autoriflessione
- Fattori che portano al burn-out e le tecniche per affrontare lo stress

Avere una gamma completa di competenze cognitive e pratiche per:

### Persistenza

- Individuare attentamente e stabilire gli obiettivi da raggiungere
- Costruire fiducia nelle proprie capacità
- Analizzare il fallimento e non arrendersi facilmente
- Prepararsi a imparare cose nuove
- Promuovere il coraggio e la fiducia per provare cose nuove
- Sviluppare una mentalità di crescita e mantenere un atteggiamento mentale positivo, indipendentemente dalla situazione
- Sfidare gli atteggiamenti negativi degli altri
- Anticipare gli ostacoli e le battute d'arresto e prepararsi ad affrontarli
- Sviluppare disciplina e buone abitudini

### Affronta le critiche

- Individuare le principali forme di critica
- Accetta feedback costruttivi
- Controllare le proprie emozioni e i propri sentimenti in modo appropriato
- Utilizzare tecniche di assertività per affrontare le critiche in contesti di comunicazione personale e professionale
- Formulare risposte assertive alle critiche e rispondere alle critiche in modo efficiente
- Imparare dai propri errori, analizzare le critiche per migliorarsi in futuro
- Richiedere feedback sulle proprie

### Autogestione

- Stabilire obiettivi, priorità e standard realistici
- Monitorare, valutare e adattare le proprie prestazioni
- Chiarire i valori personali
- Valutare il proprio potenziale occupazionale
- Assumersi la responsabilità di agire in modo professionale/etico
- Affrontare le critiche in modo costruttivo

### Gestione del tempo

- Stabilire priorità e obiettivi chiari per il breve, medio e lungo termine sia sul lavoro che nella vita personale e sociale.
- Distribuire il tempo in modo oculato in base alle priorità, tenendo conto degli obiettivi a breve, medio e lungo termine e delle aree della vita personale e professionale a cui si dedica la maggior parte del tempo.
- Pianificazione, sviluppo e verifica di ogni fase del piano e del suo avanzamento
- Preparare adeguatamente il piano collettivo in modo che il piano collettivo sia utilizzato correttamente

### Adattabilità:

- Gestire le situazioni psicologiche critiche in modo fluido ed efficace.
- Ottenere buoni risultati sotto la pressione del tempo, del disaccordo, delle difficoltà, ecc.
- Raggiungere efficacemente gli obiettivi sotto la pressione del tempo, del disaccordo, dell'opposizione e delle avversità.

	<p>prestazioni a persone in grado di fornire idee, per trovare nuovi modi per migliorare</p> <p><u>Agire con integrità e onestà</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Agire come una persona affidabile, leale, veritiera e affidabile</li> <li>➤ Ammettere gli errori e cercare soluzioni, senza incolpare gli altri</li> <li>➤ Comprendere l'importanza della riservatezza</li> <li>➤ Agire con fiducia in se stessi e sensibilità nei confronti della diversità culturale</li> <li>➤ Prendere in considerazione le azioni, assumendosene la responsabilità e divulgando i risultati in modo trasparente.</li> </ul> <p><u>Auto-riflessione</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Analizzare criticamente se stessi e trovare alternative per superare gli errori rilevati da sé o dagli altri</li> <li>➤ Riflettere intenzionalmente sul proprio apprendimento e sui propri progressi</li> <li>➤ Esaminare i propri pensieri e sentimenti interiori, i valori e le convinzioni e riflettere sul loro significato.</li> <li>➤ Comprendere i propri bisogni, le proprie motivazioni e le proprie emozioni</li> <li>➤ Valutare il proprio apprendimento e le proprie competenze e formulare un piano di sviluppo personale</li> <li>➤ Identificare le sfide e i problemi di sviluppo</li> </ul> <p><u>Sii critico e autocritico</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Mostrare consapevolezza del tipo di strategie di coping difensivo che si utilizzano</li> <li>➤ Comprendere le proprie convinzioni/valori</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Affrontare sfide difficili in situazioni nuove e mutevoli senza cali di alto livello di efficacia.</li> <li>➤ Flessibilità intellettuale: essere disposti a vedere che ci può essere più di un modo per risolvere un problema.</li> <li>➤ Flessibilità nel lavoro di squadra, capacità di assumere nuovi ruoli.</li> </ul>
--	--	---



Co-funded by  
the European Union

	<p>e la propria visione del mondo</p> <p><u>Tolleranza verso la frustrazione</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Analizzare le situazioni frustranti in cui si tende a perdere il controllo o a reagire in modo eccessivo</li><li>➤ Fare scelte attive invece di limitarsi a reagire</li><li>➤ Coltivare un atteggiamento di gratitudine</li><li>➤ Comportarsi in modo amichevole e trattare le persone con rispetto</li><li>➤ Identificare e creare modi alternativi per raggiungere gli obiettivi</li></ul> <p><u>Capacità di far fronte allo stress</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Analizzare le situazioni stressanti e come affrontarle in modo efficace</li><li>➤ Gestire gli eventi stressanti</li><li>➤ Identificare e analizzare le cause e i sintomi della tensione o dell'ansia in se stessi e negli altri</li><li>➤ Applicare un'ampia gamma di tecniche di prevenzione dello stress e rilassamento</li><li>➤ Sviluppare strategie di gestione dello stress</li><li>➤ Capacità di cercare e fornire consulenze per supportare i colleghi sul posto di lavoro</li></ul> <p><u>Flessibilità</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Adattarsi con successo a situazioni e ambienti mutevoli</li><li>➤ Capacità di rispondere a cambiamenti improvvisi</li><li>➤ Offrirsi volontari per assumersi la responsabilità all'interno del team quando</li></ul>	
--	---	--



Co-funded by  
the European Union

	<p>necessario</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Delegare le attività di routine per concentrarsi sulle priorità</li><li>➤ Gestire il cambiamento delle priorità/carichi di lavoro</li></ul>	
--	---	--





Co-funded by  
the European Union

### Elementi di finanza personale

- |   |   |   |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Comprendi che il risparmio aiuta a raggiungere vari obiettivi nella vita</li><li>➤ Comprendi che i risparmi possono essere investiti per guadagnare un reddito aggiuntivo</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Essere in grado di scegliere un prodotto finanziario su cui investire in base agli obiettivi di risparmio a breve e lungo termine.</li><li>➤ Essere in grado di diversificare gli investimenti in base ai rischi e agli obiettivi di risparmio a breve e lungo termine.</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Sii incline a risparmiare regolarmente investendo in servizi finanziari formali.</li><li>➤ Risparmiare regolarmente in base agli obiettivi di risparmio definiti in anticipo</li><li>➤ Investi i risparmi utilizzando servizi finanziari formali.</li></ul> |
|---|---|---|

## Potenziale struttura per il piano di carriera di un GIGGER

Un piano di carriera per i "GIGGER", o individui che lavorano come liberi professionisti o appaltatori indipendenti, richiede in genere un approccio diverso rispetto a un piano di carriera tradizionale.

Ecco una potenziale struttura per il piano di carriera di un GIGGER:

- **Identifica le tue capacità e competenze**  
Come GIGGER, le tue capacità e competenze sono ciò che vendi ai clienti. Fai un elenco delle tue capacità, conoscenze ed esperienze e determina quali sono richieste nel tuo campo.
- **Definisci la tua nicchia**  
Una volta identificate le tue competenze, è importante definire la tua nicchia. Determina che tipo di lavoro vuoi fare, chi sono i tuoi clienti ideali e quali problemi puoi risolvere per loro.
- **Crea un portfolio**  
Un portfolio è essenziale per mostrare il tuo lavoro e le tue competenze ai potenziali clienti. Crea un portfolio che mostri i tuoi lavori migliori e dimostri la tua esperienza nella tua nicchia.
- **Determina le tue tariffe**  
In qualità di GIGGER, dovrai impostare le tue tariffe. Cerca quanto fanno pagare gli altri freelance nel tuo campo e determina quanto vali in base alle tue capacità ed esperienza.
- **Costruisci la tua rete**  
Il networking è fondamentale per i GIGGER. Identifica potenziali clienti, partecipa a eventi del settore e connettiti con altri freelance nel tuo campo. Costruire relazioni con altri professionisti può portare a nuove opportunità e referenze.
- **Stabilisci obiettivi**  
Stabilisci obiettivi sia a breve che a lungo termine per la tua carriera. Gli obiettivi a breve termine potrebbero includere la ricerca dei primi clienti o il completamento di un progetto specifico, mentre gli obiettivi a lungo termine potrebbero includere l'aumento delle tariffe o l'espansione della tua attività.
- **Impara e migliora continuamente**  
Come GIGGER, devi rimanere aggiornato con le ultime tendenze e tecnologie nel tuo campo. Impara e migliora continuamente le tue competenze per rimanere competitivo e attirare nuovi clienti.
- **Ricorda, un piano di carriera per un GIGGER dovrebbe essere flessibile e adattabile.**  
I tuoi obiettivi e piani possono cambiare man mano che acquisisci più esperienza e costruisci la tua attività. Rivedi e modifica regolarmente il tuo piano per assicurarti di essere sulla buona strada per raggiungere i tuoi obiettivi.

## Suggerimenti per i valutatori

Forniamo alcuni passaggi che puoi intraprendere per aiutare i tuoi studenti che sono interessati a lavorare come GIGGER a strutturare un piano di carriera.



- **Introducili al concetto di freelance**  
È importante assicurarsi che i tuoi studenti capiscano cos'è il freelance e cosa comporta. Discuti i vantaggi e le sfide del lavoro come freelance e fornisci loro le risorse per saperne di più sul campo.
- **Incoraggia l'autoriflessione**  
Aiuta i tuoi studenti a riflettere sulle loro capacità, interessi e passioni. Questo li aiuterà a identificare potenziali nicchie in cui possono specializzarsi come GIGGER. Incoraggiali a porsi domande come: "In cosa sono bravo?" e "Cosa mi piace fare?".
- **Aiuta con lo sviluppo delle abilità**  
In qualità di educatore, puoi offrire ai tuoi studenti l'opportunità di sviluppare le competenze di cui hanno bisogno per avere successo come GIGGER. Ciò può comportare l'offerta di corsi o workshop in aree come la gestione dei progetti, il marketing e la negoziazione.
- **Aiutali a costruire un portfolio**  
Un portfolio è essenziale per mostrare il proprio lavoro ai potenziali clienti. Fornisci ai tuoi studenti indicazioni su come costruire un portfolio che mostri i loro lavori migliori e dimostri la loro esperienza.
- **Insegna le abilità di networking**  
Il networking è fondamentale per GIGGER. Fornisci ai tuoi studenti indicazioni su come costruire la loro rete, partecipare a eventi del settore e connettersi con altri freelance nel loro campo.
- **Discuti le strategie di Prezzo**  
In qualità di GIGGER, è importante stabilire tariffe eque e competitive. Fornisci ai tuoi studenti indicazioni su come determinare le loro tariffe e su come negoziare con i clienti.
- **Incoraggia la definizione degli obiettivi**  
Aiuta i tuoi studenti a stabilire obiettivi sia a breve che a lungo termine per la loro carriera da freelance. Incoraggiali a rivedere e modificare regolarmente il loro piano per assicurarsi che siano sulla buona strada per raggiungere i loro obiettivi.
- **Offri tutoraggio e support**  
Infine, in qualità di educatore, puoi offrire tutoraggio e supporto ai tuoi studenti mentre navigano nel mondo del freelance. Incoraggiali a cercare mentori nel loro campo e offri la tua guida e il tuo supporto, se necessario.

Come GIGGER, l'autovalutazione è una componente fondamentale dello sviluppo della tua carriera. Ecco alcune aree in cui puoi valutarti per determinare i tuoi punti di forza e le aree di miglioramento.

- **Competenze**  
Identifica le tue competenze e determina quali sono le richieste nel tuo campo. Valuta il tuo livello di competenza in ogni abilità e determina quali abilità devi migliorare.

Valutandoti regolarmente **in queste aree**, puoi identificare le aree in cui devi migliorare e sviluppare un piano per rafforzare le tue competenze. È importante essere onesti con se stessi durante questo processo e cercare feedback da altri, come mentori o colleghi, per ottenere una prospettiva esterna.



Co-funded by  
the European Union

Per la **pianificazione della carriera e l'autovalutazione**, puoi fare i seguenti esercizi.



## ELEMENTI CHIAVE PER LA DISCUSSIONE CON UN GIGGER

<b>PROFESSIONE / BACKGROUND PROFESSIONALE</b>	
<b>ASPETTATIVE</b>	
<b>OBIETTIVO / COSA VOGLIONO OTTENERE CON QUESTO PROCESSO</b>	
<b>CLASSIFICA E INSERISCI I TUOI VALORI PRIORITARI PER LA VITA LAVORATIVA.</b>	
<b>Particolarmente importante nel mio lavoro</b>	<b>Significativo nella mia lista di lavoro almeno 3 elementi.</b>
1	1
2	2
3	3
4	4
5	5
<b>Descrivi come i tuoi 5 valori "molto importanti" della vita lavorativa dovrebbero essere inclusi nel tuo lavoro. Sii il più concreto possibile.</b>	



## Competenze di GIGGER

Forniamo alcuni dei compiti chiave che un GIGGER dovrebbe svolgere per svolgere il suo lavoro in modo efficiente. Non c'è bisogno di dire che questo elenco non è esclusivo e fornisce un'indicazione degli elementi chiave. Ulteriori elementi, competenze e compiti sono disponibili nella tabella AREE DI CONOSCENZA. Forniamo qui una versione semplificata, per permetterti di riflettere sui tuoi punti di forza e impostare un elenco dei punti deboli che devi migliorare.

AREA	Sono bravo a farlo	C'è spazio per miglioramenti	Non ho idea di come farlo
<b>GESTIONE DEL TEMPO</b>			
Creare una pianificazione			
Dai priorità alle tue attività			
Utilizzare gli strumenti di produttività			
Evita le distrazioni			
Pratica buone abitudini di gestione del tempo			
<b>COMUNICAZIONE</b>			
Capacità di ascolto			
Capacità di problem solving			
Comunicazione scritta			
Comunicazione verbale			
Gestione del tempo			
Empatia			
Attenzione ai dettagli			
Capacità di negoziazione			
Abilità			
Sensibilità culturale			
<b>ELEMENTI DI FINANZA PERSONALE E CONTABILITÀ</b>			
Creare un budget			
Conti separati			
Tieni traccia delle tue spese			
Risparmia per le tasse			
Pianificare il pensionamento			
Fattura e pagamento			
Fondi di emergenza			

<b>MARKETING E VENDITE</b>			
Stabilisci una forte presenza online			
Referral e rete			
Specializzato in a nicchia			
Prezzi			
Ottieni testimonianze			
Comunicazione			
Apprendimento continuo			
<b>NETWORKING</b>			
Unisciti alle comunità online			
Unisciti all'associazione dei liberi professionisti			
Contatta i clienti passati			
Partecipa a conferenze e fiere			
Usa i social media			
Sii aperto e amichevole			
Collabora con altri GIGGER/freelance			
<b>ADATTABILITÀ</b>			
Sii flessibile			
Abbraccia il cambiamento			
Diversifica le tue competenze			
Impara continuamente			
Sii proattivo			
Sii resiliente			
<b>COMUNICAZIONE</b>			
Comunicare regolarmente e in modo chiaro			
Rispondi prontamente			
Costruisci un rapporto			
Collabora in modo efficace			
Offri un lavoro di qualità			
Rimani professionale			
Ritenersi responsabili			





Co-funded by  
the European Union

## RISORSE

<https://www.jobbank.gc.ca/career-planning>

<https://www.livecareer.com/resources/careers/planning/career-planning-tips>

<https://www.indeed.com/career-advice/career-development/career-planning-process>

<https://www.betterup.com/blog/career-planning>



Co-funded by  
the European Union

"Il sostegno della Commissione europea a questa pubblicazione non costituisce un'approvazione dei contenuti, che riflettono solo il punto di vista degli autori, e la Commissione non può essere ritenuta

