



UNIUNEA EUROPEANĂ



GUVERNUL ROMÂNIEI



Fondul Social European  
POSDRU 2007-2013



Instrumente Structurale  
2007-2013



OIPOSDRU



Universitatea Spiru Haret  
București

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007- 2013. Investește în oameni!

✉ Str. Italiană, nr. 28, mansardă, cam.3, București, sect. 2 @ promarket@spiruharet.ro

☎ 021.455.1722

🌐 www.promarket.spiruharet.ro

PRO-MARKET  
POSDRU/161/2.1/G/140947

**Ești îngrijorat că nu îți vei găsi un loc de muncă după absolvire?**

***STAGIILE DE PRACTICĂ PRO-MARKET SUNT UN POSIBIL  
RĂSPUNS LA PROBLEMELE TALE***

**Dintre întrebările cu care ne-am confruntat cel mai des din partea studenților Pro-Market în legătura cu tranziția de la educație la viața activă va oferim câteva exemple sugestive împreună cu răspunsurile oferite**

**Valorizarea și Autoevaluarea pe piața muncii**



UNIUNEA EUROPEANĂ



GUVERNUL ROMÂNIEI

Fondul Social European  
POSDRU 2007-2013Instrumente Structurale  
2007-2013

OIPOSDRU

Universitatea Spiru Haret  
București

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007- 2013. Investește în oameni!

✉ Str. Italiană, nr. 28, mansardă, cam.3, București, sect. 2 @ promarket@spiruharet.ro

📞 021.455.1722

🌐 www.promarket.spiruharet.ro

PRO-MARKET  
POSDRU/161/2.1/G/140947

## *Ce profiluri sunt valorizate acum pe piața muncii și de ce?*

### **Răspuns**

In opinia lui George Butunoiu expert resurse umane...*În țările occidentale, competențele tehnice sunt de cele mai multe ori considerate cele mai importante, și au ponderea cea mai mare în "valoarea" candidatului. În România, profilul moral e primul care intră în discuție, apoi trasăturile legate de personalitate trec adesea în fața competențelor tehnice, și va fi așa încă multă vreme. La fel e în toate țările în care nivelurile de încredere generalizată sunt reduse; în România e cel mai mic din toate țările Europei. Așadar, în România câștigi mai repede un job bun dacă ai o personalitate puternică decât dacă ești cine știe ce mare specialist în domeniul respectiv.*

**Am intalnit si alte opinii, de exemplu:** *...Nu poti spune ca in piata se cauta mai mult oameni cu personalitate in detrimentul celor cu abilitati tehnice. As putea spune ca alegerea candidatului e tine mai mult de ceea ce au avut firmele in trecut . In cazul in care intr-un anumit post au avut pe cineva cu personalitate puternica si lucrurile au functionat bine , vor cauta in continuare acelasi tip de om. Daca lucrurile nu au functionat vor alege contrariul. Bineintele ca mai conteaza in alegere si ceea ce-i place mai mult HR-ului sau GM-ului. Referitor la valoare ta in piata muncii va spun ceea ce-mi spunea cu foarte multi ani in urma un sef : Un om destept castiga exact cat are nevoie . Asta este de fapt valoarea lui.....*

**Alta opinie:** *....Desigur, rezultatele vorbesc de la sine, in egala masura cu agreearea pe care somebody o are din partea GM /Board Mgt. Este adevarat ce spunea seful tau, eu as spune chiar ca un om destept ar trebui sa castige cat poate el de mult, daca o face corect. Ideea este ca raportul dintre bani si valoare este in continua miscare, la fel ca si definitia prostiei si*



UNIUNEA EUROPEANĂ



GUVERNUL ROMÂNIEI

Fondul Social European  
POSDRU 2007-2013Instrumente Structurale  
2007-2013

OIPOSDRU

Universitatea Spiru Haret  
București

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007- 2013. Investește în oameni!

✉ Str. Italiană, nr. 28, mansardă, cam.3, București, sect. 2 @ promarket@spiruharet.ro

☎ 021.455.1722

🌐 www.promarket.spiruharet.ro

PRO-MARKET

POSDRU/161/2.1/G/140947

*deșteptaciunii (excluse fiind excepțiile evidente). Nicolae Secareaunu un extraordinar bariton roman, ajuns la o varsta inaintata facea eforturi sa ajunga la o alimentara sa-si cumpere cu chiu cu vai ceva ieftin de mancare. Asta era de fapt valoarea lui ? Eu cred ca sunt perioade ale vietii cand suntem si deștepti si prosti deopotriva, depinde la ce te raportezi....*

**Altă opinie:** *...Valoarea pe piata muncii nu este diferita ca si principiu de valoarea actiunilor listate la bursa, variaza poate fi mai mult sau mai putin, factorii sunt diferiti dar si apropiati, cum merge business-ul in care esti in Romania, competentele tale tehnice mai sunt de actualitate, care este impactul lor in organizatia respectiva. Pentru pozitia respectiva orice organizatie are o plaja salariala pe care o poate oferi, va evalua valoarea ta comparand nivelul competentelor tale tehnice, profilul tau in care sunt evaluate valorile tale versus ce asteapta organizatia, integritatea este relevanta. In cazul in care nu estimezi corect ca si la bursa pierzi bani si experienta....*

**Altă opinie:** *.....foarte apropiat de competentele mele tehnice de HR-ist care a lucrat cativa ani in vanzari si apoi HR-ist din nou. Ambele experiente m-au ajutat sa am informatiile potrivite ca sa obtin peste valoarea mea in piata in timp de criza. Ce am stiut sa imi determin valoarea, salariile care se ofereau pentru posturi care erau similare cu experienta mea, cati oameni erau in piata cu experienta mea [ sunt expert de nisa sunt foarte putini in Romania] si daca pentru compania cu care eu am negociat eram o functie cheie sau doar suport, la interviu iti spun ce vor de la tine si poti analiza rapid daca esti doar suport si de inlocuit de multi altii. In functie de aceste criterii imi adaptez valoarea in piata si stiu ca am un plus de 30% pe care nu il voi obtine in acest moment foarte usor.*



UNIUNEA EUROPEANĂ



GUVERNUL ROMÂNIEI

Fondul Social European  
POSDRU 2007-2013Instrumente Structurale  
2007-2013

OIPOSDRU

Universitatea Spiru Haret  
București

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007- 2013. Investește în oameni!

✉ Str. Italiană, nr. 28, mansardă, cam.3, București, sect. 2 @ promarket@spiruharet.ro

📞 021.455.1722

🌐 www.promarket.spiruharet.ro

PRO-MARKET

POSDRU/161/2.1/G/140947

## Intrebare

*Tot mai mulți candidați refuză oferte de muncă pentru că remunerația oferită de angajator este prea mică. În acest context, vin și vă întreb cum defînește un profesionist în resurse umane valoarea reală a unui candidat pe piața muncii? Vă rog să ne explicați de ce nu e echivalentă cu valoarea lui de piață.*

## Raspuns

In opinia lui George Butunoiu expert resurse umane: *Calificativul "reală" din sintagma "valoare reală" te duce cu gândul la ceva absolut, adică un fel de "valoare absolută" a nu știu cui sau a nu știu ce. Evident, așa ceva nu există, e nevoie întotdeauna de un sistem de referință. Or, pot să existe un număr nelimitat de asemenea puncte de referință, așa că "valoarea reală" e, mai degrabă, o metaforă, adică nu are valoare operațională. Cu valoare operațională este "valoarea relativă", de pildă, adică poți spune "A este mai bun decât B și mai prost decât C", și poți lua o decizie pe baza acestei afirmații<sup>1</sup>. Valoarea de piață, adică salariul maxim pe care îl poate obține de la un angajator de pe o anumită piață, la un moment dat, în urma unui proces susținut și serios de căutare, pe durata medie a unui astfel de proces pe piața respectivă (aproximativ șase luni în SUA, șapte luni în Europa, cinci-șase luni în România) este, într-adevăr, unul dintre sistemele de referință cele mai legitime. Mulți îl consideră ca fiind și singurul, ceea ce din perspectivă exclusiv de business, este și adevărat. Restul sunt doar construcții speculative, raționament abstract.*

<sup>1</sup> <http://www.georgebutunoiu.ro>



UNIUNEA EUROPEANĂ



GUVERNUL ROMÂNIEI

Fondul Social European  
POSDRU 2007-2013Instrumente Structurale  
2007-2013

OIPOSDRU

Universitatea Spiru Haret  
București

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007- 2013. Investește în oameni!

✉ Str. Italiană, nr. 28, mansardă, cam.3, București, sect. 2 @ promarket@spiruharet.ro

☎ 021.455.1722

🌐 www.promarket.spiruharet.ro

PRO-MARKET  
POSDRU/161/2.1/G/140947

## Întrebare

*De ce în 2014, după câțiva ani de criză, mulți candidați încă se percep mai valoroși decât cred angajatorii că sunt?*

### Răspuns:

*Nu are legătură cu criza, ci cu faptul că în condițiile pieței muncii libere a Uniunii Europene candidații se raportează la salarii din Marea Britania, Luxemburg, Germania sau Olanda care sunt de 5-7 ori mai mari decât cele medii din România. Așa a fost și până acum, și va fi la fel până când se vor egaliza salariile în Uniunea Europeană*

## Întrebare

*Cum pot candidații să își crească realist valoarea de piață? Ce resurse (cognitive, financiare, de timp, etc) implică acest efort de autodepășire?*

Opinia lui George Butunoiu expert resurse umane: ...poți să o iei sistematic și să te uiți ce evaluează recrutorii și angajatorii la un candidat, și cum: date personale și demografice, educația, competențele tehnice, profilul de personalitate, profilul moral. Or, în fiecare dintre aceste categorii se pot găsi destule lucruri care se pot îmbunătăți pentru a spori valoarea de piață.

## Autocunoașterea și informarea sunt binomul esențial și în acest domeniu

În acest sens am selectat câteva puncte de vedere consacrate din România, respectiv Eduard Ezeanu, *Career Coach*. Acest expert propune următoarele:



UNIUNEA EUROPEANĂ



GUVERNUL ROMÂNIEI

Fondul Social European  
POSDRU 2007-2013Instrumente Structurale  
2007-2013

OIPOSDRU

Universitatea Spiru Haret  
București

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007- 2013. Investește în oameni!

✉ Str. Italiană, nr. 28, mansardă, cam.3, București, sect. 2 @ promarket@spiruharet.ro

☎ 021.455.1722

🌐 www.promarket.spiruharet.ro

PRO-MARKET  
POSDRU/161/2.1/G/140947

## ***Exploreaza-ti Sistemul de Valori***

*O intrebare cheie pe care o adresez deseori clientilor mei este: „Ce e important pentru tine?” Unii imi vor spune ca banii, altii ca recunoasterea, altii ca relatiile de calitate cu cei din jur. Apoi ii ajut sa inteleaga mai bine si sa prioritizeze aceste raspunsuri, pentru ca ele reflecta sistemul lor de valori.*

*Pune-ti singur aceasta intrebare si exploreaza propriul sistem de valori. Cu cat ai o imagine mai clara despre ceea ce conteaza cel mai mult pentru tine, cu atat mai mari sunt sansele sa o iei pe drumul cel bun in cariera.*

## ***Descopera-ti Punctele Forte***

*Punctele forte sunt abilitatile tale naturale, care iti permit in mod natural sa ai performanta in anumite tipuri de sarcini. Este important sa le cunosti si sa tii cont de ele cand alegi un job sau un domeniu, pentru ca ele vor determina intr-o mare masura nivelul de rezultate pe care le vei putea obtine.*

*Exploreaza-ti abilitatile si cauta sa descoperi acele lucruri pe care in mod natural le faci bine. Gandeste-te la ele si identifica punctele forte pe care le reflecta, iar apoi tine cont de ele. Performanta si punctele tale forte merg mana-n mana.*

## ***Fii Intervievator, Nu Doar Intervievat***

*Este esential sa constientizezi ca orice interviu functioneaza in doua directii. Ca si candidat, rolul tau este de a te prezenta profesional si a te vinde la interviu, dar si de a afla cat mai multe despre jobul aflat in discutie si compania care-l ofera.*



UNIUNEA EUROPEANĂ



GUVERNUL ROMÂNIEI

Fondul Social European  
POSDRU 2007-2013Instrumente Structurale  
2007-2013

OIPOSDRU

Universitatea Spiru Haret  
București

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007- 2013. Investește în oameni!

✉ Str. Italiană, nr. 28, mansardă, cam.3, București, sect. 2 @ promarket@spiruharet.ro

☎ 021.455.1722

🌐 www.promarket.spiruharet.ro

PRO-MARKET  
POSDRU/161/2.1/G/140947

*Asadar, nu ezita sa fii curios, sa pui intrebari, sa ceri detalii concrete pentru cat mai multa claritate. Interviuul este o sansa extraordinara pentru tine de a afla informatii relevante, insa ai nevoie sa-ti asumi si rolul de intervievator, nu doar de intervievat.*

### ***Ia Informatii din Piata***

*Tine cont de faptul ca orice angajator are interesul sa se proiecteze in interactiunile cu tine intr-o lumina favorabila; la fel cum si tu ai acelasi interes. Doar ca uneori, acest interes poate genera falsitate.*

*Este bine ca dincolo de interviu, sa faci un pic de cercetare despre angajatorul care te cheama la interviu, din piata. Pentru inceput, cauta pe Internet informatii despre angajator si sapa dincolo de primele cateva rezultate in cautarile pe Google. Informatii realiste sunt deseori ingropate intr-o tona de PR. Mai departe, cauta sa identifici prin cercul tau de cunostinte persoane care au lucrat pentru sau au colaborat cu angajatorul respectiv si sa obtii perspectiva lor. Cu cat obtii mai multe perspective, din mai multe unghiuri, cu atat vei obtine per total o imagine mai realista<sup>2</sup>.*

**In cadrul proiectului Pro-Market veti fi consiliati sa va organizati timpul si resursele in functie de realizarea propriilor harti mentale pentru obiective pe termen scurt, mediu si lung. Totuși înainte de realizarea hărților mentale există câteva reguli de bază ale eficienței în planificarea timpului și atingerea obiectivelor:**

<sup>2</sup> [www.eduardezeanu.ro](http://www.eduardezeanu.ro)



UNIUNEA EUROPEANĂ



GUVERNUL ROMÂNIEI



Fondul Social European  
POSDRU 2007-2013



Instrumente Structurale  
2007-2013



OIPOSDRU



Universitatea Spiru Haret  
București

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007- 2013. Investește în oameni!

✉ Str. Italiană, nr. 28, mansardă, cam.3, București, sect. 2 @ promarket@spiruharet.ro

📞 021.455.1722

🌐 www.promarket.spiruharet.ro

PRO-MARKET  
POSDRU/161/2.1/G/140947

## Ocupă-te de lucruri imediat

Dacă un lucru neprevăzut apare la muncă și ai timp să-l rezolvi, rezolva-l imediat. Nu lăsa pe mai târziu ceea ce poți să faci imediat.

## Ține-ti ordine pe birou

Fă-ți ordine prin dosare ca să nu pierzi timp căutând documente sau hârtii. Aplică același principiu și online, pentru inbox-ul mailului tău. Evită excesul de hârtii și dosare. Ca regulă generală, ce folosești mai mult de o dată pe zi poate să rămână. Altfel, trebuie să-l împachetezi.

## Fixează-ți propriul tău program de muncă

Nu toți muncim în același ritm. Poate unii dintre voi sunteți persoane matinale... În acest caz, ar trebui să începeți încă de la primele ore cele mai importante proiecte pe care le aveți de făcut, iar după amiaza s-o lăsați pentru taskurile obișnuite de zi cu zi. Secretul este să vă cunoașteți punctele forte și să le maximizați.

## Fă-ți o listă cu taskurile zilnice

Asta e o metoda bună ca să te asiguri că ai mereu ceva de făcut și, mai ales, că nu pierzi timpul gândindu-te ce vei face în continuare. Fă o listă cu tot ce ai de făcut și la sfârșitul programului nu uita să-ți faci lista pentru ziua următoare. Ține lista updatată și bifează mereu taskurile deja completate.





UNIUNEA EUROPEANĂ



GUVERNUL ROMÂNIEI



Fondul Social European  
POSDRU 2007-2013



Instrumente Structurale  
2007-2013



OIPOSDRU



Universitatea Spiru Haret  
București

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007- 2013. Investește în oameni!

✉ Str. Italiană, nr. 28, mansardă, cam.3, București, sect. 2 @ promarket@spiruharet.ro

☎ 021.455.1722

🌐 www.promarket.spiruharet.ro

PRO-MARKET

POSDRU/161/2.1/G/140947

## Centralizează-ți informația

Nu pierde timpul căutând informațiile de care ai nevoie. În loc să baletezi între smartphone, inbox și calculator, centralizează toate datele importante într-un singur loc. Indiferent unde alegi să-ți pui informațiile, nu uita să-ți faci un backup.

## Nu te lăsa distras

Dacă nu e munca, e pierdere de timp. Evită să stai la discuții interminabile cu colegii la cafea, verifică-ți emailul personal doar în pauza de masă și nu sta mai mult de 10 minunte pe facebook într-o zi. Închide-ți telefonul personal dacă nu-l folosești des și verifică-ți mesajele în pauză. Știm cu toții ca a fi mai eficient la muncă nu e chiar în topul priorităților noastre. Cu toate acestea, cu cât îți folosești mai eficient timpul de muncă cu atât mai mult succes vei avea în afara orelor de lucru. Altfel spus, cu cât îți termini muncă în timpul orelor de lucru, cu atât mai mult timp liber vei avea pentru distracție.