

Памятка выпускнику при трудоустройстве

Уважаемый выпускник!

Найти свою работу важно и необходимо каждому человеку. Примерно треть своей жизни человек проводит на работе, повышает свою, квалификацию, социальный статус, увеличивает доход... Ему повезло! Повезёт и тебе, если ты будешь знать, чего хочешь, видеть свою цель в жизни и не отступать от намеченной цели. Привыкай к мысли, что поиск работы – это естественная часть профессиональной подготовки в условиях рынка. Не упускай случая быть совершенным в своем профессионализме!

Алгоритм поиска работы

1. Принятие решения о поиске работы. Определение цели.
2. Исследование рынка труда по выбранной отрасли.
3. Оценка своих возможностей.
4. Составление списка компаний, в которых хотел бы работать.
5. Определение методов поиска работы.
6. Составление профессионального резюме.
7. Подготовка к собеседованию. Собеседование с работодателем.
8. Обсуждение заработной платы и компенсационного пакета.
9. Заключение трудового договора.

Причины, по которым тебе могут отказать в приёме на работу?

- несоответствующий внешний вид
- неумение выразить свои мысли
- отсутствие интереса и энтузиазма
- отсутствие профессиональных планов
- недостаток искренности и уравновешенности.
- неопределенные уклончивые ответы на вопросы
- чрезмерная заинтересованность только в высокой оплате
- нежелание работать в командировке
- выраженное нежелание учиться
- недостаток знаний по специальности
- отсутствие самостоятельности, лень
- неумение ценить время, уость интересов, опоздания.

Психологическая поддержка

Если ты не нашел еще работу, как поддержать себя, как оказать себе психологическую поддержку? не отчаиваться и твердо знать, что только активность и уверенность в себе станут верными помощниками в поиске работы.

Эти советы обязательно тебе помогут:

твоя жизнь – это во многом то, что ты о ней думаешь.

- Живи сегодняшним днем. Прошлое – это воспоминания, прошлого никогда не вернуть. Настоящее – единственная реальность, которую стоит принимать в расчет!
- "Я живу сегодня, здесь и сейчас и мне нечего бояться. Для себя я стараюсь сам. Безвыходных положений не бывает".
- Будь постоянно занят
- Будь здоровым
- Постоянно учись
- Будь активнее в поиске новой работы. Одно из условий эффективного поиска работы – ясно знать, что тебе нужно.
- Если тебе одному трудно справиться со своим состоянием, то обращайся к специалисту.

Рекомендации к собеседованию при приёме на работу

Как вы должны выглядеть, идя на собеседование?

- Учитывая важность первого впечатления, вы должны выглядеть безупречно.
- Накануне ложитесь раньше спать, важно предстать перед интервьюером отдохнувшим, здоровым и преуспевающим.
- Оденьтесь соответственно общепринятым стандартам той сферы, работу в которой вы планируете получить.

Так, например, одежда человека, претендующего на должность менеджера, должна отличаться от одежды претендента на должность ди-джея

- Одежда должна быть опрятной, чистой, хорошо отглаженной.
- Исходите из того, что предпочтительно выглядеть современно, но не слишком модно.
- Обувь должна сиять чистотой в любую погоду.
- Уделите внимание аккуратной причёске и ухоженным рукам. Не направляйтесь па собеседование сразу из парикмахерской, вы будете в мелких волосках, которые могут испачкать ваш костюм.
- Женщинам важно не переусердствовать с макияжем - не крикливая элегантность. Это то, что нужно.
- Еще один совет женщинам: не акцентируйте свою сексуальную привлекательность, иначе вы предлагаете работодателю, прежде всего, не свой ум и профессиональные качества.
- Одеколон или духи нанесите весьма умеренно.
- Верхнюю одежду снимите в холле.
- Подготовьте чистый блокнот и авторучку.

Ваша задача на собеседовании

Быть естественным, приветливым, излучать положительные эмоции. Согласитесь, зажатое, испуганное существо непривлекательно.

Войдя в помещение, где проводится собеседование...

Будьте вежливы и доброжелательны со всеми, кого встретите.

Старайтесь демонстрировать манеры уверенного в себе человека.

Спину держите прямо, не сутультесь, но и не слишком поднимайте подбородок, улыбайтесь, двигайтесь энергично, помните о приятном выражении.

Одним словом, контролируйте свои невербальные сигналы.

Когда вы можете сесть?

Когда вам предложат сесть. Если ожидание затягивается, спросите сами: «Где вы разрешите сесть?»

Располагаясь, примите непринужденную позу, постарайтесь не напрягаться.

Для этого...

Сядьте свободно, не сутультесь, не наклоняйтесь слишком вперед, но и не откидывайтесь.

Достаньте блокнот и ручку, чтобы сделать необходимые пометки в ходе беседы. Учтите, что в вашей сумке или портфеле должен быть идеальный порядок. Однако не слишком увлекайтесь записями.

Все внимание уделите говорящему. Старайтесь смотреть в глаза интервьюеру, но не переусердствуйте.

О чем, будет уместно спросить?

Сколько времени отводится для беседы.

Интервьюер оценит ваше уважительное отношение к чужому и своему времени.

Можно ли на собеседовании курить?

Нет. Даже не допускайте мысли о том, чтобы спросить о такой возможности!

Как поступить, если вам предлагают чай, кофе или другие напитки?

Не отказывайтесь. Поблагодарите.

В ходе беседы...

Внимательно слушайте, о чем вас спрашивают. Не распыляйте внимание.

Не спешите сразу же отвечать, на ходу подбирая слова. Возможны небольшие паузы для более точного выражения своих мыслей.

Не допускайте излишней жестикуляции. Лучше воспринимается тот, кто контролирует свои жесты, и тот, чьи жесты не противоречат словам.

Стремитесь не принимать закрытые позы.

Никогда не лгите. Все, что вы скажете, достаточно легко проверить.

Наблюдайте за невербальными сигналами интервьюера и в соответствии с ними корректируйте свои высказывания.

Готовясь к собеседованию, обязательно...

Продумайте, что и как вы расскажете о себе.

Сделайте акцент на последних успехах и достижениях.

Будьте готовы к ответу на вопрос о том, как вы представляете развитие своей карьеры. В настоящее время слово «карьер» теряет негативный оттенок, укрепившийся за ним в советский период. Карьера все менее связывается с такими понятиями, как «карьеризм», «высочка». В наши дни карьера ассоциируется с успехом, продвижением вперед, профессиональным и должностным ростом.

взгляд не относятся, к делу...

Например, вас могут спросить: «Ну что вы делали сегодня?» или: «Чего вы хотите добиться в жизни?»

Не солидно...

Намекать, что у вас есть более выгодное предложение относительно работы. Не набивайте себе цену таким образом.

Стоит, ли показывать рекомендательные письма на собеседовании?

Только если вас об этом попросят.

Можно ли задавать вопросы?

Разумеется, да. Прием на работу - это двусторонний процесс. Непременно выясните все, что вас интересует о вашей будущей работе. Это подчеркнет ваш деловой настрой и многое прояснит.

Что необходимо взять с собой на собеседование?

Документы, подтверждающие вашу квалификацию, образование, дополнительные знания, резюме, рекомендательные письма. Хорошо, если вы представите образцы ваших работ - статьи, рисунки, проекты, макеты и т.п.

Если вам предложат заполнить какие-либо анкеты, то...

Лучше взять их с собой, заполнить дома в спокойной обстановке и вернуть как можно быстрее. Ваш имидж формируют многие детали, в том числе почерк, помарки, грамотность и др.

Заканчивая беседу...

Непременно договоритесь о том, когда и каким образом вы узнаете о результатах.

Непрерывно...

Поблагодарите интервьюера за внимание и время, которое он вам уделит.

Если результат собеседования отрицательный...

Не позволяйте себе расстраиваться. Воспринимайте это как приобретенный жизненный опыт. Извлекайте урок и в дальнейшем используйте полученные навыки поведения. Займите наступательную позицию в поиске работы.. Действуйте уверенно. Знайте, что благодаря вашим усилиям наступит день, когда вы получите работу.