

**Автор:**

**Мирзоян К.С., заместитель директора по УПР**

### **Методичка. «Методика поведения на рынке труда»**

Пособие рекомендовано выпускникам колледжа, содержит рекомендации по правилам поведения на рынке труда, необходимые для успешного трудоустройства.

Подготовьтесь как следует к поиску работы. Постарайтесь как можно лучше обеспечить поиск работы необходимой техникой в пределах реальных финансовых возможностей. Использование телефона, компьютера, несомненно, повысит эффективность поисков.

Постарайтесь вооружиться необходимыми знаниями и навыками, в особенности умением обращаться с компьютером. Реалии современного рынка труда таковы, что предпочтение, как правило, отдается кандидатам. Которые готовы буквально с первого дня приступить к исполнению своих обязанностей без какой-либо предварительной (и, тем более, продолжительной) подготовки и обучения. Постарайтесь овладеть самыми необходимыми навыками, которые могут понадобиться вам при выполнении интересующей вас работы. Этими навыками вы обязательно должны овладеть до того, как начнете состязаться с другими претендентами на искомую работу.

Установите для себя цели. Прежде чем приступить к поискам работы, задумайтесь над тем, какую именно работу вы хотите найти. Основой для этого решения могут послужить ваши интересы, полученное образование, выбранная карьера, финансовые и прочие потребности. Чтобы уяснить эти цели, вам может понадобиться провести определенную исследовательскую работу, поговорить с людьми, получить консультацию в центре занятости или сравнить различные работы, попробовав свои силы в каждой из них в качестве временного работника.

Постарайтесь уяснить свое реальное положение на рынке труда. Постарайтесь проявить максимальную объективность, определяя свою ценность как работника. За основу можно взять уровень конкуренции на рынке труда в интересующей вас области (т.е. соотношение числа вакантных мест и количества потенциальных кандидатов на эти места). Вы должны быть готовы к тому, чтобы несколько изменить или расширить свои цели, если уровень конкуренции слишком высок.

Составьте надлежащее резюме, сделав акцент на своей квалификации и реальных достижениях. Ваше резюме должно представлять нечто большее, чем просто перечень предыдущих мест вашей работы и занимаемых должностей. Акцентируйте внимание на своей квалификации, реальных достижениях и качествах, которые могут представить особый интерес для потенциального работодателя в выбранной вами сфере деятельности.

План ваших действий должен быть достаточно гибким в том, что касается поиска вакантных рабочих мест. Находить вакантные рабочие места можно по-разному: по объявлениям о найме на работу, обращаясь непосредственно на предприятия, используя помощь друзей и знакомых. Помните о том, что необходимо проверять буквально все возможные варианты. Поставьте себе за правило каждый день звонить и встречаться с людьми, к которым вы еще не обращались и которые могут сообщить вам какую-либо информацию о вакантных местах или познакомить вас с кем-то, кто окажет вам подобную услугу. Погрузитесь в информацию, относящуюся к выбранной вами сфере деятельности или к компании, в которой вам хотелось бы работать. Регулярно знакомьтесь с публикациями. Связанными с выбранной вами сферой деятельности и старайтесь держать руку на пульсе тенденций и проблем, с которыми сталкиваются профессионалы, работающие в этой сфере.

Рассматривайте себя как специалиста, способного решать серьезные проблемы. Рассматривая то или иное вакантное место, надо спрашивать себя не о том, как заинтересовать данную компанию в своей персоне, а о том, что вы можете сделать для этой компании, что бы ее деятельность была более успешной.

Не надо смотреть на мир только сквозь черные очки. Иногда бывает очень трудно побороть в себе склонность к хандре и упадническим настроениям. Вот несколько советов, которые придут к вам на помощь в трудную минуту:

- Ежедневно занимайтесь физическими упражнениями (они помогают снять стресс и побороть депрессию);
- Обращайтесь за поддержкой к своей семье и друзьям;
- Выделите, по крайней мере, один день в неделю, когда вы можете выбросить из головы все мысли о поисках работы.

Не пренебрегайте своим внешним видом. Независимо от того, как именно вы организовали поиск работы - путем установления как можно более широких контактов, проведения исследований в библиотеке или прохождения собеседований, - никогда не забывайте о своём внешнем виде. Выходя из дома или офиса, спросите у себя: «Если бы я сам был работодателем, то взял бы на работу такого, как я?»

Постарайтесь быть как можно корректнее и искреннее с людьми, которых вы просите о помощи. Вы наверняка добьетесь большего от людей, которых просите о помощи, если будете обращаться к ним с конкретными вопросами и предложениями, заранее будете уверены в том, что они в состоянии выполнить вашу просьбу, и всегда будете готовы продемонстрировать свою признательность

Не торопитесь отказываться от предложений временной работы. Работа на временной основе дает вам нечто большее, чем просто возможность продержаться какое-то время. Вы приобретаете опыт работы и общения. Кроме того, спустя какое-то время вас могут принять и на постоянную работу.

Прежде чем отправиться на собеседование, проведите необходимую подготовку. Не пожалейте потратить хотя бы день на поиски максимального объема информации о компании, в которую вы отправляетесь на собеседование. Будьте готовы к тому, что бы поговорить со знанием дела об этой компании; представьте себе, как можно было бы соотнести ваши знания, навыки, квалификацию и особенности вашей личности с требованиями, предъявляемыми данной работой, и с проблемами, с которыми сталкивается данная компания.

Учитывайте всевозможные мелочи, которые могут оказать большое влияние на результат собеседования. Постарайтесь прибыть на собеседование на несколько минут раньше назначенного срока. Ваш внешний вид должен быть безупречен, одежда должна соответствовать случаю. В приемной следует быть вежливым и вести себя с достоинством. В комнату интервьюера надо входить легко и уверенно.

Проявляете энтузиазм и умеете подать себя! В ходе собеседования постарайтесь проявить свои самые сильные стороны, покажите себя активным слушателем. Не бойтесь смотреть собеседнику прямо в глаза. Будьте собраны и внимательны. И старайтесь избегать самой распространенной среди кандидатов ошибки - давать уклончивые и не искренние ответы на поставленные вопросы.

Постарайтесь заключить самое выгодное для вас предложение. Получив предложение работы, изучите внимательно самые мельчайшие его детали. Выясните нельзя ли как-то улучшить наименее привлекательные аспекты этого предложения.

#### ДЕСЯТЬ ШАГОВ НАВСТРЕЧУ РАБОТЕ

Помните! Отсутствие работы - не конец жизни, а первый шаг к переменам!

Поиск работы – тоже работа! Хорошую работу находит тот, кто способен ее упорно искать.

Определите, чем Вы выгодно отличаетесь от других людей, которые могли бы выполнять ту же работу, что и Вы.

Составьте список предприятий, которые Вас интересуют в целях получения работы, разнесите в них свое резюме.

Обращайтесь в небольшие предприятия, в них открывается две трети всех вакансий.

Готовьтесь к собеседованию с работодателем! У Вас всегда должно быть несколько предложений о том, какую пользу Вы принесете организации, как много вы о ней знаете, как сильно хотите работать именно в ней.

Настройтесь на то, что Вы можете получать отказы. Не отчаивайтесь! Рассматривайте каждое «отказное» собеседование как тренировку к следующему, и Вы добьетесь успеха.

Заручитесь поддержкой друзей, родственников, знакомых. Чем больше людей Вам помогает, тем лучше!

Не чуждайтесь временных работ и разовых заработков. Они помогут Вам продержаться, пока Вы не найдете постоянного места, а также могут сработать на Вашу репутацию.

Следите за своим внешним видом. Будьте всегда опрятны, одевайтесь в соответствии с той должностью, на которую претендуете.

#### ПРИЧИНЫ, ПО КОТОРЫМ СОИСКАТЕЛИ НЕ ПОЛУЧАЮТ РАБОТУ:

Жалкий внешний вид.

Неумение изъясняться: слабый голос, плохая дикция, грамматические ошибки.

- Отсутствие плана карьеры: отсутствие четких целей и задач.
- Чрезмерная концентрация на деньгах: нужна только более высокая оплата.
- Низкая успеваемость во время учебы, мало знаний по специальности.
- Нежелание начать снизу: ожидание слишком многого и слишком быстро.
- Недостаток такта, вежливости, зрелости.
- Презрительные отзывы о предыдущих работодателях.
- Выраженное нежелание учиться.
- Недостаточное умение ориентироваться в обществе.
- Отсутствие целеустремленности – просто ищет местечко.
- Нежелание отправляться туда, куда потребуется.
- Низкий моральный уровень, лень, цинизм, нетерпимость.
- Неумение ценить время.
- Плохое ведение собственных финансовых дел.
- Неспособность воспринимать критику.
- Отсутствие каких бы то ни было сведений о компании.
- Отсутствие вопросов о работе к работодателю.
- Неопределенность ответов на вопросы работодателя.
- Личная недисциплинированность.