

## Рекомендации по поиску работы

### Прежде чем приступить к поиску рабочего места:

**Осознайте и проанализируйте** проблемы, связанные с поиском работы, с какими трудностями вам придется столкнуться.

**Не застревайте** на воспоминаниях о прошлом или на мыслях о будущем. Изыскивайте позитивные способы выражения своих отрицательных эмоций. Постарайтесь обратить свой гнев и недовольство в стимул для поиска новой работы.

**Поставьте** перед собой ясные цели. Представьте себе конечный результат, который Вы хотите достичь.

**Продумайте** конкретный план поиска работы, слушайте объявления, читайте рекламные предложения рабочих мест.

**Расширяйте** свой круг общения, восстанавливайте старые знакомства и заводите новые. Постарайтесь, чтобы как можно больше людей знали, какая именно работа Вам нужна.

**Повышайте** уровень своих знаний и умений. Этим Вы повышаете вероятность трудоустройства. **Учитесь** на своих неудачах и ошибках. Такой подход даже неудачу обращает в полезный результат.

### **ПОМНИТЕ, ЧТО СВОЕЙ СУДЬБОЙ УПРАВЛЯЕТЕ ВЫ САМИ!**

**При поиске рабочего места необходимо соблюдать два правила:**

- Правило 1:** Все должны знать, что Вы ищете работу
- Правило 2:** Вы должны знать всех, кому нужны работники.

Ваш основной ресурс - использование максимального набора форм и методов поиска работы.

#### **Формы поиска работы можно разделить:**

- Пассивные (предусматривается посредник на рынке труда, который занимается Вашим трудоустройством);
- Активные (Вы сами находите потенциальных работодателей).

**Где можно получить информацию о возможностях трудоустройства?**

- Государственная служба занятости.**

Основной задачей государственной службы занятости является - содействие



гражданам в поиске подходящей работы. Все услуги предоставляются бесплатно. В информационных залах Государственного учреждения Центра занятости населения можно познакомиться с перечнем услуг, предоставляемых гражданам, просмотреть специализированные издания газет с информацией о вакансиях, а также обратиться к объявлениям, размещенным на стендах. Каждый день для соискателей работают плац-автоматы, предназначенные для самостоятельного поиска работы. Они содержат информацию об имеющихся вакансиях, доступ к мониторам свободный и бесплатный.

#### Ярмарки вакансий рабочих и учебных мест

Ярмарка вакансий – это метод активного поиска работы, который помогает соединить интересы работодателей и соискателей в одно время и в одном месте. Для работодателей ярмарка вакансий – это возможность подбора работника из большого количества претендентов. Для ищущих работу ярмарка вакансий – это возможность получения информации о вакансиях и современных требованиях рынка труда, а также возможность самопрезентации большому количеству работодателей. Какие бывают ярмарки?

1. Межрегиональные ярмарки вакансий рабочих и учебных мест.
2. Специализированные ярмарки вакансий рабочих и учебных мест (для граждан, испытывающих трудности в поиске работы, инвалидов, женщин, выпускников образовательных учреждений и др.).
3. Районные ярмарки вакансий.

#### Средства массовой информации (СМИ).

**Коммерческие фирмы, занимающиеся трудоустройством и подбором кадров.**

**Телефонные и другие справочники.**

**Друзья, знакомые, родственники, сотрудники организаций, представляющих для вас интерес, коллеги по бывшей работе могут:**

Для того чтобы активно и конструктивно использовать этот источник информации, вы должны соблюдать некоторые **принципы:**

**Во-первых**, общаться с максимально возможным количеством людей.

**Во-вторых**, точно знать и уметь объяснять людям, чего вы хотите.

#### Поиск через Интернет.



## Список вопросов, на которые следует дать себе письменный ответ

1. От каких своих умений и способностей я получаю наибольшее удовольствие?
2. Каковы мои основные интересы и любимое времяпрепровождения?
3. Какие учебные дисциплины были любимыми в техникуме?
4. Перечислить, что я считаю своим позитивным опытом и почему я так считаю?
5. О какой работе я мечтаю? Чем я буду заниматься через 10 лет?
6. Какая работа была бы для меня идеальной? Представить себя на этой работе, как я выгляжу, в какой должности?
7. Каковы мои критерии выбора работы (обязательные и желательные)
8. Какие мои сильные стороны и навыки более всего позволяют мне считать себя подходящим для этой работы?
9. Какие пробелы в своих знаниях и умениях мне необходимо ликвидировать, чтобы получить идеальную для меня работу?
10. Если работа, которая кажется для меня идеальной, недостижима в настоящее время, то какую работу я мог бы делать сейчас, чтобы продвигаться в избранном направлении?
11. С кем мне можно посоветоваться, чтобы получить полезную для планирования карьеры информацию?
12. Каковы мои краткосрочные и долгосрочные цели в области карьеры?

*На вопросы лучше отвечать письменно, это помогает подготовиться к собеседованию, лучше понять и осознать, к чему мы стремимся, научиться планировать свое профессиональное будущее*