



Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение

Республики Марий Эл

«Колледж индустрии и предпринимательства»

Центр карьеры

Памятка выпускникам колледжа

по трудоустройству

Козьмодемьянск

2024

Трудоустройство — это одна из самых серьезных проблем выпускников. При поиске работы возникает множество вопросов: как эффективно организовать процесс поиска, как написать выигрышное резюме, как готовиться к прохождению собеседования, каковы эффективные технологии поведения в процессе собеседования и т.д.

Данная памятка поможет выпускникам нашего колледжа быстрее и эффективнее сориентироваться в составлении резюме и подготовиться к встрече с работодателем.

Чтобы добиться личной встречи с работодателем или представляющим его интересы сотрудником кадрового агентства, нужно составить и отослать резюме, которое призвано выделить Вас в общем потоке соискателей и создать о Вас максимально благоприятное впечатление.

Резюме—это первичный этап отбора кандидатов работодателем. И от того, как оно составлено, зависит, пригласят Вас на интервью или нет. Написать резюме можно самостоятельно, с помощью специалиста или консалтингового агентства, которые оказывают такую услугу. Если все же, Вы решили составить резюме самостоятельно, то следует придерживаться таких принципов, как **краткость** (информация в резюме должна быть краткой, но исчерпывающей), **конкретность** (информация в резюме должна быть конкретной— только по делу), **правдивость** (не стоит преувеличивать и не приукрашивать свой опыт работы, навыки, достижения и другую информацию).

У любого резюме должны быть структура и содержание. Хорошее резюме помогает пройти первую ступень отбора. Резюме не имеет строгого шаблона, однако состоит из основных блоков информации, часто используемых в резюме:

1. Личные данные (ФИО, фото, контакты, место проживания, семейное положение);
2. Желаемая должность и зарплата;
3. Опыт работы;
4. Образование;
5. Ключевые навыки;
6. Дополнительная информация (“Обо мне”: личные качества, способности, навыки, курсы повышения квалификации).

Разместить резюме можно на сайтах по поиску работы и в специальных сообществах в социальных сетях. Наиболее распространенные сайты в настоящее время: hh.ru, superjob.ru, rabota.ru, сервис [«Город работ»](#), [«Работа в России»](#).

Если Ваше резюме заинтересовало работодателя, то следующим этапом будет интервью (собеседование) с работодателем. К такому этапу необходимо

отнестись серьезно и ответственно, ведь именно на этом этапе станет известно, предложат Вам должность либо нет. Подготовка к собеседованию обеспечит Вам значительную часть успеха при его прохождении.

Как правило, собеседование проходит в несколько этапов. Сначала Вам предлагают заполнить анкету, рассказать о своем опыте работы, образовании, своих притязаниях и планах на будущее. Если по всем формальным признакам Вы подходите для имеющейся вакансии, то Вас приглашают для профессионального собеседования. Профессиональное собеседование может проходить с 1-3 экспертами или же Вам предложат пройти профессиональный тест или задание. И, в случае успешного подтверждения Вашей квалификации, на следующем этапе собеседования - с Вами встречается руководитель организации или лицо, ответственное за принятие решения о закрытии данной вакансии. Вот несколько практических рекомендаций для успешного прохождения собеседования.

1. Как правильно сесть. Сядьте на собеседование с работодателем (интервьюером) на одном уровне, то есть друг напротив друга, лицом к лицу. Если предлагаемый Вам стул стоит не лучшим образом, переставить его так, чтобы создать удобное пространство для общения. Такое поведение - демонстрация Вашей уверенности, инициативы и организаторской жилки.

2. Поза. Старайтесь быть на собеседовании повернутым к интервьюеру, чтобы он ощущал Вашу заинтересованность и активное участие в диалоге. Поза должна быть достаточно открытой. Руки лучше положите на стол или на колени. Плохо, если руки все время соединены "в замок" или спрятаны под столом. Ноги лучше ставить прямо и уверенно, не скрещивая под стулом. Поза "нога на ногу" некоторым интервьюерам не нравится, однако, если для Вас это привычная поза и сам интерьер так сидит то и Вам, скорее всего, можно это сделать,

3. Зрительный контакт. Внимательно смотрите при собеседовании на интервьюера, Вы не только лучше поймете его, но и произведете впечатление заинтересованного человека, уверенного в своих силах. Отведенный в сторону взгляд это не только потеря информации, но и элемент жалкого внешнего вида. Ваша речь становится более убедительной, если Вы будете смотреть на интервьюера. Наблюдая за мимикой, позой и движениями интервьюера, Вы легче можете понять, как он воспринимает Ваши слова, и при необходимости скорректировать свой ответ.

4. Жестикуляция. Умеренная и уместная жестикуляция на собеседовании делает Вашу речь более убедительной.

5. Паузы. Умение держать паузы на собеседовании насыщает Вашу речь убедительностью. Иногда интервьюер может использовать паузу в качестве

испытания претендента на работу. Вы ответили на вопрос интервьюера, а он молчит. Создается стрессовая ситуация и тот, кто не выдерживает стресса, часто пытается дополнить свой ответ, а это часто работает против кандидата. Спокойно выдержанная пауза добавляет уверенность Вашему ответу и демонстрирует Вашу готовность к продолжению беседы.

6. Мимика. Если Вы улыбаетесь на собеседовании, то у Вас больше шансов показаться благополучным и уверенным в себе человеком. Однако, не следует улыбаться постоянно. И улыбка должна быть уместной. Когда улыбка приходит на Ваше лицо достаточно часто, в том числе в паузах, которые Вы делаете после Ваших ответов, это обычно воспринимается хорошо.

7. Как отвечать на вопросы. Выслушайте вопрос до конца, не перебивая. Старайтесь показать внимание и интерес к вопросу. Отвечайте на поставленный вопрос, если уверены, что правильно поняли его. Интервьюер иногда формулирует вопрос довольно пространно и тогда его лучше спросить: "Правильно ли я Вас понял? Вас интересует то-то и то-то? Или "Вы спрашиваете то-то". После этого интервьюер уточняет вопрос и тем самым помогает Вам правильно ответить. Продолжительность Вашего ответа не должна продолжаться более 2-3 минут. Если вопрос сложный, то отвечайте на него "тезисно" и скажите, что готовы дать развернутую информацию, если это потребуется. Не отклоняйтесь от сути вопроса: даже если вопрос таков, что Ваш ответ получается очень кратким, не смущайтесь. Не говорите очень тихо и очень громко. Слишком тихий голос может создать у интервьюера впечатление, что Вы неуверенный в себе человек.

Если так сложилось, что Вы получили отказ в приеме на работу, не отчаивайтесь. Настройтесь на то, что Вы можете получить сотни отказов. Это нормально. При правильном настрое очередной отказ не будет выбивать Вас из колеи, и, возможно, следующая попытка будет более удачной. Ведь поиск работы – это лишь первая ступень в построении своей карьеры.

Желаем удачи!