

## График консультаций по «Технологии поиска работы» 2016-2017 уч. год. ОГАПОУ «СМК»

	Группы	2016 год								2017 год												
		9.09	20.09	10.10	20.10	9.11	21.11	12.12	20.12	16.01	25.01	9.02	20.02	9.03	21.03	7.04	20.04	12.05	22.05	9.06	20.06	
1.	141	*				*				*				*								
2.	142		*				*				*			*								
3.	141a			*				*				*			*							
4.	142a				*				*			*				*						
5.	244					*				*			*					*				
6.	245						*				*			*					*			
7.	340							*				*			*					*		
8.	137								*				*			*						*
9.	149	*				*				*				*								

***Консультант – Ряполова Марина Ивановна, место проведения – библиотека, 1 корпус***

### КОНСУЛЬТАЦИИ

1. Общая характеристика документов необходимых при трудоустройстве.
2. Работник и работодатель: гармонизация трудовых отношений.
3. Выбрать профессию через Интернет и другие информационные системы.
4. Этика взаимоотношений на работе.

## Раздаточный материал для студентов

### ЗАДАНИЕ

Проранжируйте критерии успешной карьеры по степени значимости для вас от наиболее значимого критерия (ему присваивается ранг 1) до наименее значимого (ему присваивается ранг 7):

- реальная власть;
- достижение относительной независимости от вышестоящего руководства;
- удовлетворение собственных притязаний и пользы для организации;
- получение работы, требующей решения новых задач;
- максимально полная реализация своего стиля работы;
- гарантия сохранения имеющейся работы и достигнутого статуса в будущем;
- обретение широкого круга полезных и выгодных связей.

Проведите небольшое исследование: попросите выполнить это задание своих знакомых, сравните результат и сделайте вывод относительно различий в восприятии успешной карьеры разными людьми.

### ЗАДАНИЕ

Проранжируйте по степени значимости для вас цели карьеры, сформулированные А. Я. Кибановым:

- заниматься видом деятельности или иметь должность, которые соответствуют самооценке и потому доставляют моральное удовлетворение;
- получить работу или должность, которые усиливают возможности и способствуют их развитию;
- иметь работу или должность, которые носят творческий характер;
- работать по профессии или занимать должность, которые позволяют достичь определенной степени независимости;
- получить работу или должность, хорошо оплачиваемые или позволяющие одновременно получать большие побочные доходы;
- иметь работу или должность, позволяющие продолжать активное обучение;
- получить работу или должность, позволяющие заниматься воспитанием детей или домашним хозяйством.

### ЗАДАНИЕ

Упражнение «Цели карьеры»

Цель: развитие навыков целеполагания, умений планировать жизненный и профессиональный путь, развитие способности к воображению. Упражнение проводится в 3 этапа.

1-й этап. Запишите 5 жизненных целей, которых вы хотите достичь в настоящее время. Формулируйте их в настоящем времени и утвердительной форме. Выберите одну цель из полученного списка — такую, от которой можно ожидать наибольшего влияния на вашу жизнь и карьеру. Запишите ее на чистый лист бумаги. Определите срок ее достижения и составьте план действий.

2-й этап. Представьте себя через 10 лет. Вновь определите 5 жизненных целей, которых вы хотите достичь. Выберите из них самую важную. Определите срок ее достижения и составьте план действий.

3-й этап. Сравните ваши цели и ваши планы, составленные на 1-м и 2-м этапе упражнения. Есть ли различия? Подумайте, с чем они связаны? Сделайте для себя выводы.

### ЗАДАНИЕ

Выпишите кратко не менее пяти основных организационных условий, способствующих повышению эффективности управления карьерой.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Упражнения на развитие карьерного потенциала.

«*Вселенная моего Я*» (символическое изображение собственной системы ценностей).

Инструкция. Представьте себя в виде вселенной, в центре которой находится то, что составляет сущность вашего «Я», а вокруг располагаются планеты — то, что является для вас самым дорогим и ценным в жизни. Можете прикрыть глаза и попытаться представить это более отчетливо. Теперь откройте глаза и нарисуйте вашу вселенную.

Время выполнения 10–15 мин. Обсуждение.

«*События моей жизни*» (символическое изображение линии жизни и размещение на ней основных событий).

Инструкция. Начертите горизонтальную линию, символизирующую протяженность собственной жизни («линию жизни»), на которой отметьте вертикальным штрихом момент настоящего времени. После этого вспомните основные важные события вашей жизни (второй вариант — все, чему вы научились), которые оказали влияние на то, что происходит с вами сейчас, и то, что будет происходить в будущем.

Время выполнения 25 мин. Обсуждение.

«*Метафора карьеры*» (метафорическое изображение профессионального, карьерного роста, создание образов и их обсуждение).

Инструкция. Выразите свое личное видение того, что мы называем профессиональным (карьерным) ростом, развитием, продвижением. С чем это можно сравнить, на что это может быть похоже? Каждый участник предлагает свою метафору.

Вопросы для обсуждения:

- Есть ли во всех этих образах что-то общее?
- Все ли образы вам понравились?
- Почему возникли те или иные образы?

Время выполнения 15 мин. Обсуждение.

«*Процесс учения*» (структурирование системы получения знаний о профессиональной деятельности: от других людей, из своего опыта, область незнания, область планов).

Инструкция. Есть очень простой способ, который можно использовать для упорядочивания своих мыслей. Вы сможете составить три разных аспекта ваших

знаний: что вы узнали о профессиональном росте от других, что вы узнали из своего опыта, и что еще вы хотели бы для себя прояснить. Возьмите чистый лист бумаги и разделите его на четыре части, проведя вертикальную и горизонтальную линии.

В первую часть в нескольких словах впишите или в символической форме изобразите, чему вас научили другие.

Во вторую — чему вы научились сами.

В третью — что вам еще неизвестно, что вы хотите узнать.

В четвертой части вы можете изложить свои идеи, наблюдения, планы, проекты, которые будут возникать в ходе вашей работы с тремя первыми разделами, в процессе их сопоставления и размышлений по их поводу. Время выполнения 35–40 мин. Обсуждение.

*«Мудрый совет»* (совет внутреннего голоса).

Инструкция. Представьте себе, что внутри вас звучит мудрый голос, который хотел бы помочь вам. Этот голос даст вам совет на ближайшее будущее. Что же гласит это послание? Выслушайте свой внутренний голос и запишите услышанное. Вы можете «озвучить» это послание.

Время выполнения 10 мин. Обсуждение.

*Методика «Анализ карьерного пути».*

Чтобы сделать карьеру, необходимо проанализировать свои жизненные цели и оценить свои реальные возможности. Данный тест поможет вам сделать это. Ответьте, пожалуйста, на 65 вопросов, затрагивающих главные критерии успешной карьеры.

Ваши ответы должны быть подробными, глубоко продуманными и искренними. Общего «ключа» на такие вопросы нет, поэтому сами думайте и анализируйте. Тот, кто действительно хочет добиться успеха, потратит на выполнение этого задания много часов или даже дней.

Желаем продуктивной работы!

1. Чего я жду от жизни?
2. В каких ситуациях я добиваюсь успеха? Почему?
3. Каковы мои конкретные цели в области карьеры: в этом году, в ближайшие 3 года (5, 10 лет)?
4. Что нового я узнал (а) сегодня, что может мне пригодиться для карьеры?
5. Какие возможности личного роста имеются в моей работе?
6. Как получили свои должности вышестоящие руководители?
7. Как я могу произвести наилучшее впечатление о себе?
8. Кто в нашем коллективе пользуется наибольшим уважением и чем я отличаюсь от этого человека?
9. Как люди здесь получают повышение?
10. Как мне следует работать, чтобы добиться большего успеха и авторитета в глазах руководства?
11. У кого в нашей организации реальная власть?
12. Кто имеет серьезное влияние на руководство?
13. Какие качества мне надо в себе улучшать и развивать для карьеры?

14. Каков типичный путь продвижения к желаемой должности в этой области деятельности и в данной организации?

15. В чем особенность моей работы? Почему меня сюда взяли? Каковы мои перспективы?

16. Как котируется моя работа на рынке труда?

17. Что нравится и что не нравится моему начальнику в том, как я работаю?

18. Чем я могу способствовать карьере моего начальника?

19. Какие организации являются флагманами нашей отрасли и как я могу туда попасть?

20. Что читает по специальности мой начальник и стоит ли мне читать это же?

21. Как одевается руководитель организации?

22. Как сделать, чтобы руководство заметило мои заслуги?

23. Как долго мне стоит оставаться на этой работе?

24. Что я должна делать, чтобы поддерживать и повышать свою квалификацию: на этой неделе, в этом месяце, ежегодно?

25. На каких областях моей деятельности я должна сосредоточить свои усилия, чтобы получить желаемую работу и сделать карьеру?

26. Какие ближайшие производственные планы у руководства и что я должна сделать, чтобы оказаться в струе?

27. Имею ли я преуспевающий вид? Что я делаю, чтобы выглядеть бодрой и здоровой?

28. С кем мне необходимо наладить контакты и как этого добиться с помощью друзей и знакомых?

29. Каковы критерии успеха в работе: в организации, у моего начальника, у меня?

30. Достаточно ли хорошим и полным является мое резюме?

31. Какие контакты, клубы и ассоциации принесут мне наибольшую пользу в деле развития карьеры?

32. Какие профессиональные знания и навыки потребуются в дальнейшем в моей работе?

33. Что нужно знать и уметь на той работе, куда я хочу перейти?

34. Кто может дать мне наилучшие советы в области карьеры?

35. Какие профессиональные объединения представляют для меня интерес?

36. От чего следует отказаться в интересах карьеры?

37. О каком месте работы я мечтаю, о каком начальнике, о каком коллективе?

38. Какая зарплата меня устроит на этом месте, на новой работе?

39. Как я могу более эффективно использовать свое время?

40. Как мне следует организовать свое рабочее место?

41. Когда я должна провести следующую подобную оценку своего успеха в работе?

42. Когда мне следует заново пересмотреть свои главные жизненные цели?

43. Как мне следует вознаграждать себя за старания и успехи в карьере?

44. Какие ошибки в области карьеры я совершила и чему научилась?

45. Если меня завтра повысят, кто из моих подчиненных займет мое место? Хорошо ли я его для этого подготовила?

46. Почему я до сих пор выполняю эту работу?

47. Какая следующая должность является естественным продолжением занимаемой в настоящее время, и хочу ли я ее занять?

48. Кто является моим конкурентом при ближайшем повышении, и как я могу поставить себя в более выгодное положение?

49. Что является для меня наиболее важным стимулом в работе?

50. Какой стиль своего руководства я предпочитаю и как его наилучшим образом использовать?

51. Какую роль я предпочитаю в коллективной работе и как я могу ее использовать наилучшим образом?

52. Какие этапы карьеры мною намечены и достигаю ли я их в установленные сроки?

53. Как мне обрести большую уверенность в себе, в своей работе, в своем начальнике, в результатах своего труда, в своей организации?

54. Что я демонстрирую на работе своей манерой одеваться?

55. Что я демонстрирую тем, как организовано мое рабочее место?

56. В чем я добилась сегодня успеха и благодаря чему?

57. Чем из того, что я делаю сама или узнаю от других, из книг, мне следует поделиться с членами моей команды?

58. С кем у меня сложные взаимоотношения и как я могу их улучшить?

59. Какие газеты и журналы мне нужны для достижения целей карьеры?

60. Какова культура моей организации и насколько я ей соответствую?

61. Когда и чем я рисковала в работе, и к чему это приводило (к выгоде или поражению)?

62. Если бы начинала свою карьеру сначала, то что бы я изменила и почему?

63. Какие значительные ошибки я допустила и чему научилась при этом?

64. Что оказало наибольшее влияние на мою карьеру?

65. Достаточно ли усилий я прилагаю для достижения своих целей?

Если вы дали полные ответы не менее чем на 60 вопросов, то у вас есть все шансы сделать блестящую карьеру, добиться высоких результатов в работе и общественного признания.

Если количество продуманных ответов составляет от 50 до 59, то ваши шансы на успех достаточно велики. Вы должны все-таки дать ответы на те вопросы, на которые пока не знаете.

Если вы ответили на 40–49 вопросов, то это свидетельствует о значительных пробелах в понимании основных составляемых успеха. Надеемся, вы задумаетесь над остальными вопросами и проблемами, которых пока не замечаете. Если вы ответили менее чем на 30 вопросов, то ваши дела плохи. Вы упускаете из виду слишком многие составляемые жизненного успеха и карьеры.

Восемь главных вопросов для тех, кто ищет работу:

1. Кто и что вам должен в вопросах поиска работы и нужно ли за нее бороться?

2. Чем определяется разница между везунчиком и неудачником в вопросе поиска работы?

3. Что нужно знать о себе и следует ли мысленно пытаться сравнивать себя с другими претендентами на данную работу?

4. Если есть в наличии доступная, но не слишком привлекательная работа, то можно ли соглашаться на нее, отказавшись при этом от стремления к тому, в чем ваше истинное призвание?

5. Каков, как правило, должен быть круг людей, знающих о том, что вы ищете работу? Почему?

6. Какое впечатление следует произвести на работодателя и как выглядеть недопустимо? Почему?

7. Сколько времени вы должны тратить на поиск работы?

8. К какому количеству отказов вы должны быть готовы при поиске работы?

Для проверки правильности ответов следует посмотреть заключительную часть «Шага первого».

Основные этапы технологии получения новой работы.

Пожалуйста, кратко опишите изученную вами технологию получения новой работы, заполнив приведенную ниже табл.

Технология получения работы.

Заполнив таблицу

Правильное определение целей в поиске работы

Если вы четко определили свою цель в поиске работы, то вас не затруднит описать ее по предлагаемой схеме.

1. Наименование должности (должностей), которую вы хотели бы получить. \_\_\_\_\_

2. Тип, отраслевая принадлежность и расположение организаций, в которых вы будете искать работу. \_\_\_\_\_

3. Какая минимальная оплата труда и при каких условиях вас могла бы устроить на новой работе. \_\_\_\_\_

4. Сколько обычно платят тем, кто работает на аналогичных должностях в организациях того типа, на который вы ориентируетесь при поиске работы. \_\_\_\_\_

5. Сколько вы хотели бы получать за свою работу, чтобы быть довольным оплатой. \_\_\_\_\_

6. Какие дополнительные условия и требования к работе у вас имеются (по режиму, командировкам, обучению и т. п.). \_\_\_\_\_

Способы получения приглашения на собеседование с работодателем.

Попробуйте перечислить основные способы и оценить свой личный опыт их использования.

Выполнив это упражнение, проанализируйте результаты следующим образом.

1. Оцените полноту ответов об известных вам способах выхода на работодателя.

2. Проанализируйте свои ответы о том, как вы применяете различные способы.

Сравните их с вашим опытом и подумайте, не упускаете ли вы что-то, успешно используемое другими.

Ваша готовность к собеседованию

Попробуйте дать ответы на следующие вопросы, которые вам могут задать на собеседованиях.

1. Расскажите, пожалуйста, немного о себе.
2. Какую работу вы хотели бы получить и почему?
3. Почему вы считаете, что сможете хорошо справиться с этой работой?
4. Каковы ваши более отдаленные цели в области карьеры?
5. Что вы считаете своими основными достоинствами?
6. Расскажите, пожалуйста, о двух-трех своих профессиональных достижениях или успехах.
7. Что вы считаете своими основными недостатками или слабыми сторонами?
8. Расскажите, пожалуйста, о двух-трех своих профессиональных неудачах или ошибках?
9. Получали ли вы в последнее время предложения работы? Если да, то что это были за предложения и почему вы отказались?
10. Проходили ли вы собеседования в других местах, и каковы результаты?
11. Какие изменения вы произвели бы, придя на новую работу?
12. Что вы можете рассказать о своих профессиональных связях, которые могли бы использовать на новой работе?
13. Какие у вас есть любимые занятия, помимо работы?
14. Как вы повышаете свою профессиональную квалификацию?
15. На какую зарплату вы рассчитываете?

Оцените и проанализируйте свои ответы. Следует суметь ответить на все вопросы без видимых затруднений, легко, естественно и достаточно кратко. Для того чтобы оценить свои ответы с этой стороны, желательно записать их на магнитофон, еще лучше — на видеомагнитофон. А чтобы оценить ответы с точки зрения квалифицированного консультанта, мысленно попробуйте стать на позицию работодателя.

Работайте над тщательной отшлифовкой каждого ответа. И репетируйте, репетируйте, репетируйте... Даже великие артисты репетируют. А ведь вам на собеседовании тоже придется играть роль. Роль специалиста, являющегося ценным приобретением для фирмы. И чем лучше и естественнее у вас это получается, тем выше ваши шансы на получение хорошей работы.

Адаптация на новой работе и карьере внутри организации.

Мало получить хорошую работу, нужно на ней закрепиться. Тогда вы сможете не только пожинать плоды своего успеха в поиске работы, но и готовить позиции для новых достижений и развития карьеры.

Попробуйте ответить на следующие вопросы.

1. Хорошо ли я представляю, что мой начальник считает моими обязанностями?
2. Знаю ли я, каких конкретных результатов или достижений начальник ждет от меня?
3. Знаю ли я, каким образом достичь того, что от меня ожидает начальник?
4. Располагаю ли я необходимыми для этого ресурсами?



5. Есть ли у меня план действий по получению ресурсов, которых мне не хватает?
6. Есть ли у меня четкая договоренность с руководством о том, как будет оцениваться моя работа и ее результаты?
7. Понимаю ли я правила поведения и нормы корпоративной культуры, действующие в компании и в моем конкретном подразделении?
8. Есть ли авторитетный в коллективе человек, с которым мне удастся выстроить добрые отношения и который готов поддерживать меня?
9. Есть ли у меня возможность советоваться по вопросам и проблемам, возникающим в ходе работы?
10. Наладил ли я учет своей работы и информирование руководства о ее результатах?

Если вы можете утвердительно и обоснованно ответить на эти вопросы, то скорее всего у вас не будет проблем с адаптацией на новой работе и прохождением испытательного срока. Вы закрепитесь в компании и всегда будете иметь достойную работу.