



# Выбор в пользу будущего



**Технология  
поиска  
работы**

***У каждого в жизни свой путь.  
Выбери свой!***



slando.ru

***Учиться?***

***Работать?***

***Учиться и  
работать?***

***Как сделать выбор? С чего начать?***

# *Выбор-это неотъемлемая часть жизни- ее «двигатель»*

Обратимся к психологии выбора. Известный специалист в этой области Сальваторе Мадди считает, что в любой ситуации не сотни дорожек, а **всего два пути:**

*Вперед к светлому  
будущему*



*Назад к темному  
прошлому*

***Что это значит?***

## *Вперед к светлому будущему*

Выбор в пользу будущего- это риск и неопределенность. К чему приведет эта дорога можно только предполагать, а «гадание на кофейной гуще» не располагает к стабильности. Данный выбор разрушает рамки зоны нашего комфорта, а **это – прогресс и развитие!**

*Двигаться вперед ,  
развиваться*



## *Назад к темному прошлому*

Можно выбрать прошлое и остаться в своей зоне комфорта, т.е. отдать предпочтение привычному сценарию, который повторяется из года в год. Это заманчиво, т.к. результат такого выбора можно просчитать, он уже Вам знаком. В такой ситуации считаешь себя хозяином жизни. **Но так ли это?**

*Остаться в уютном  
«коконе», сотканом из всего  
привычного*

*Прогресс и  
развитие*

*Зона  
комфорта*

*Двигаться вперед  
развиваться*



*Остаться в  
уютном «коконе»,  
сотканном из всего  
привычного*

*А какой выбор сделаешь ты?*

# Шпаргалка

## 4 точки зрения:

*Посмотрите на ситуацию с разных сторон:*

**1. С точки зрения личных интересов:** *Что я от этого получу?*



**3. С объективной точки зрения (взгляд а ситуацию в целом):** *Станет ли хуже в целом моя жизнь от того, если я пойду работать?*

**2. С позиции другого человека:** *Как окружающие поймут, что я работаю?*

**4. С позиции оценки долгосрочных перспектив:** *Как это может повлиять на развитие моей карьеры?*

# *Как сделать правильный выбор (ПВ)?*

*Загвоздка в том, что правильного выбора в момент, когда мы его совершаем не существует.*

*Правильный выбор* - это тот, который принесет положительный результат.

*Только примерив мы поймем, подходит нам по размеру, цвету, фасону и т.п. вещь или нет, только попробовав, мы поймем какого сорта яблоко нам нравится больше, только практика (стажировка) позволит каждому понять кто он – хирург, гинеколог.....*



***Следовательно:***

***Действие – развитие – опыт - навык  
=ПВ***



# Поиск работы -

С чего начать?

# ***МЕТОДЫ ПОИСКА РАБОТЫ***

## ***Самостоятельный поиск***

*(газеты, радио, ТВ,  
интернет, реклама)*

***Поиск через  
неформальные  
социальные сети***  
*(родственники, друзья,  
знакомые)*



***Случайный поиск***  
*(непосредственное  
обращение к  
работодателю)*

***Поиск через  
специализированные  
организации***  
*(Центры занятости, агентства  
по трудоустройству)*

***Ярмарки вакансий***

# *Дистанционные способы поиска работы*

*Общероссийская  
база вакансий  
Работа в России*



*Резюме  
(отправление  
непосредственно  
работодателю)*

*Собеседование с  
работодателем  
по Skype связи*

# Общероссийская база вакансий Работа в России

The screenshot shows the website 'Работа в России' (Trudvsem.ru) in a browser window. The browser's address bar shows 'https://trudvsem.ru'. The website header includes a navigation menu, a search bar, and a button 'Подать заявление' (Apply). Below the header, there is a section for 'Встать на учет в качестве безработного' (Register as unemployed) and a 'Подать заявление' button. The main content area features the website logo, the text 'Общероссийская база вакансий', and the URL 'TRUDVSEM.RU'. There are buttons for 'Соискатель' (Applicant) and 'Работодатель' (Employer), and a location selector set to 'Краснодарский край'. A search bar contains the text 'Название вакансии, например: Продавец'. Below the search bar, there are search filters: 'по названию вакансии', 'по описанию вакансии', and 'по названию компании'. A row of six icons with labels is displayed: 'Найти работу' (Find a job), 'Добавить резюме' (Add resume), 'Трудоустройство инвалидов' (Employment of disabled persons), 'Стажировки и практика' (Internships and practice), 'Опытные кадры' (Experienced staff), and 'Государственная служба занятости' (State employment service). The bottom of the screenshot shows the Windows taskbar with various application icons and the system clock showing 14:52 on 05.12.2020.

# Общероссийская база вакансий Работа в России

The image shows a screenshot of the 'trudvsem.ru' website's search filter interface. The browser address bar shows the URL 'https://trudvsem.ru/vacancy/search'. The page has a dark blue header with 'Встать на' buttons on the left and right. The main content area is divided into several filter sections:

- Регион:** A dropdown menu is set to 'Краснодарский край'. Below it, a list of other regions is shown, with 'Краснодарский край' selected.
- Зарплатная плата:** Two filters are visible: '> 10 000 руб.' and '> 30 000 руб.'.
- Требуемый опыт работы:** A dropdown menu is set to 'Начало карьеры, студенты'. Other options include '1 - 3 лет', '3 - 5 лет', and '> 5 лет'.
- Сфера деятельности:** A list of job categories is shown, with 'Здравоохранение, спорт, красота, социальное обеспечение' selected and highlighted in blue. Other categories include 'Производство', 'Продажи и бытовое обслуживание', 'Строительство, недвижимость', 'Транспорт', 'Информационные технологии', and 'Финансы'.
- Тип занятости:** A dropdown menu is set to 'Среднее профессиональное'. Other options include 'Высшее', 'Среднее', and 'Незаконченное высшее'.
- График работы:** A dropdown menu is set to 'Полная занятость'. Other options include 'Частичная занятость', 'Временная', 'Сезонная', 'Удаленная', 'Полный день', 'Неполный день', 'Гибкий график', 'Сменный график', 'Вахтовый метод', and 'Ненормированный'.

The bottom of the image shows a Windows taskbar with various application icons.

# Общероссийская база вакансий Работа в России

Файл Правка Вид Журнал Закладки Инструменты Справка

картинки человечков для пре X картинки человечков для пре X скайп — Яндекс: нашлось 8 м X способы поиска работы: 2 тв X Работа в России X

https://trudvsem.ru/vacancy/search?\_busy=PROBATION&\_page=0&\_sphae Поиск

Яндекс Почта Часто посещаемые Полезные сервисы Начальная страница Видеособеседования ПРПУ ИАС ОБВ «Раб... Документы и проект... Почта\_R.Zabirova Администрирование ...

Меню

Встать на учет в качестве безработного Подать заявление

## Вакансии – вся Россия

Регион

Вся Россия Краснодарский край

Вы можете выбрать другие регионы:

Краснодарский край

Уточните город или район:

Весь регион

Вакансии с поддержкой при переезде

Трудоустройство инвалидов

Вакансии по квоте для инвалидов

Вакансии, подходящие для инвалидов

Список Карта А-Я

Найдено: 152 вакансий  
422 рабочих мест 

Показывать: за сутки за 3 дня за неделю  
за месяц за всё время

Сортировать: по релевантности по дате по зарплате

 **Врач-нефролог** от 50 000 до 60 000 руб.

ООО МЦ "НЕФРОС"  
Краснодарский край  
Кол-во рабочих мест: 3 Дата публикации: 03.12.2020

 **Врач-терапевт участковый** от 19 300 до 42 000 руб.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ "ТЕМРЮКСКАЯ ЦЕНТРАЛЬНАЯ РАЙОННАЯ БОЛЬНИЦА" МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

✓  
Краснодарский край

# Общероссийская база вакансий Работа в России

The screenshot shows the website 'trudvsem.ru' in a browser window. The browser's address bar shows the URL 'https://trudvsem.ru'. The page features a dark blue header with a white menu icon and the text 'Меню'. Below the header is a red banner with the text 'Встать на учет в качестве безработного' and a button labeled 'Подать заявление'. The main content area is divided into four columns, each with an icon and a title:

- Проверить трудовой договор**: Проверка соответствия вашего трудового договора Российскому Законодательству.
- Справочник востребованных профессий**: Информация о профессиональных областях, профессиях, требованиях к профессиям.
- Профессиональная ориентация**: Пройти тестирование на выявление подходящих Вам профессий.
- Шаблон кадровых документов**: Скачайте типовые шаблоны кадровых документов, соответствующие Российскому Законодательству.

At the bottom of the page, there is a section titled 'Вакансии компаний, оказывающих поддержку при переезде' with the subtitle 'в рамках реализации программы повышения трудовой мобильности'. Below this, there are two white boxes with blue icons, one labeled 'Ведущий инженер' and the other 'Слесарь по ремонту агрегатов Белаз'. The Windows taskbar at the bottom shows various application icons and the system clock displaying '16:30 07.12.2020'.

# Общероссийская база вакансий Работа в России

The screenshot shows a web browser window with the URL <https://trudvsem.ru/information/proforientation>. The page features a navigation bar with a menu and a red banner with the text "Встать на учет в качестве безработного" and a "Подать заявление" button. The main content area is titled "Профориентация" and contains three columns of information:

- Профессиограммы**: Воспользуйтесь нашей базой профессиограмм и определитесь кем вы хотите работать в будущем. (Icon: person with document)
- Видеопрофессиограммы**: Посмотрите видео презентации по интересующим вас профессиограммам, чтобы лучше понять специфику работы. (Icon: person with video play button)
- Профориентационное тестирование**: Пройдите тестирование на выявление подходящих вам профессий. (Icon: document with pencil and checkmark)

The footer contains links to "Роструд", "Минтруд России", "Федеральный портал управленческих кадров", "Онлайн-инспекция.рф", "Соотечественники", and "Торгово-промышленная палата РФ". The system tray shows the date 07.12.2020 and time 16:31.

# Общероссийская база вакансий Работа в России

Файл Правка Вид Журнал Закладки Инструменты Справка

Забирова Рита Васильевна - X ГКУ КК ЦЗН Белоглинского р X работа в россии официальн X Профориентационное тестир X

https://trudvsem.ru/information/proorientation/testing Поиск

Яндекс Почта Часто посещаемые Полезные сервисы Начальная страница Видеособеседования ПРПУ ИАС ОБВ «Раб... Документы и проект... Почта\_R.Zabirova Администрирование ...

Меню

Встать на учет в качестве безработного Подать заявление



< Профориентация

## Профориентационное тестирование

Выберите направление тестирования

 **Выбор профессии**

 **Ценностные ориентации в карьере** 

 **Индивидуально-психологические особенности**

 **Предпринимательская деятельность** 

https://trudvsem.ru/information/proorientation/testing/focused\_career

***Мы выбираем***

*(подготовка и  
отправление резюме  
желаемому  
работодателю)*



***Нас***

***выбирают***  
*(собеседование с  
работодателем)*



***Резюме*** - документ,  
содержащий информацию о  
навыках, опыте работы,  
образовании, и другую  
относящуюся к делу  
информацию, требуемую при  
рассмотрении кандидатуры  
гражданина для приема на  
работу .

**Конкурентоспособное резюме =  
«коммерческое предложение»**

# Инвентаризация собственных компетенций

Требования профстандарта	Инвентаризация собственных компетенций
Знание порядка оказания скорой медицинской помощи населению в городе и сельской местности	<b>Владею знаниями оказания скорой</b> медицинской помощи населению в городе и сельской местности
Технологии выполнения простых <u>медицинских услуг, манипуляции сестринского ухода</u> (отраслевой стандарт)	<b>Имею навыки</b> выполнения простых...
Персонифицированная база данных пациентов, порядок работы	<b>Знаком с работой в ...</b>
Клинические признаки <u>заболеваний и состояний, требующих оказания медицинской помощи в неотложной форме</u>	<b>Разбираюсь</b> в клинических признаках...

# Последовательность заполнения резюме

1 блок - Биографические данные

2 блок - Ключевые знания и навыки (при наличии профессиональные достижения)

3 блок - Опыт работы (выполняемые виды работ)

4 блок - Образование (в том числе дополнительное при наличии)

5 блок - Дополнительные сведения (значимые личные качества, владение языками, увлечения и др.)

6 блок - Рекомендации с предыдущей работы.

**Петров Василий Иванович**

Живое фото: видны уши/брови  
Жаловый уровень дохода: от 20 000 рублей

Дата рождения: 01.07.1980 г.  
Адрес проживания: г. Кривойозер

Контактная информация:  
Телефон: 8 (910) 3000-300-300  
Электронная почта: vasiliy@yandex.ru



**Ключевые знания и навыки:**

- Владение основными методами работы в группах животных в натуре и/или на рамках тематических выставок;
- Способность выявлять заболевания у животных, выявлять и исправлять ТС без посторонней помощи;
- Владение анатомическим рисунком (анатомия ког, В.С.Д.Е.);
- Основы работы с животными в зоопарке и в выставочной галерее.

**Достижения:**

- Звание победителя на протяжении всего выставочного сезона (12 лет);
- Полная готовность группы и своевременное шоу выставки.

**Опыт работы:**

01.01.2010-01.01.2010 Владелец выставки  
ООО «Восточный»  
Сфера деятельности: туризм/экскурсии

- управление туристическими группами численностью от 10 до 40 человек;
- работа на территории в выходные;
- расписание и проведение групп в туроператорской компании;
- обслуживание клиентов группы.

01.04.2010-01.01.2010 Владелец выставки (вн. СЕ)  
ООО «В. Ливия»  
Сфера деятельности: выставочное хозяйство

- работа с группами, подготовка выставочных документов;
- доставка группы в пункт назначения в полной готовности;
- своевременная подготовка ТС к выезду на выставку в период уборки.

01.08.2008-01.01.2010 Владелец выставки  
Индивидуальная предпринимательская деятельность: Курицын Г.А.  
Сфера деятельности: производство мяса и субпродуктов птицы

- формирование выставочного материала;
- работа с клиентами;
- ведение сопроводительной документации;
- соблюдение ТС в выставочном сезоне.

**Образование:**

2004 г. Курский государственный университет  
Специальность: менеджмент «Менеджмент в туризме и экскурсионном транспорте»  
Профиль: туризм-экскурсии

**Дополнительные сведения:**

- Способен быстро освоить работу в новой ситуации и принимать решения;
- Владение основными методами работы с животными в натуре;
- Владение анатомическим рисунком;
- Значительный, интересный, профессиональный, творческий, личный опыт.

**Рекомендации с предыдущей работы:**

ООО «Восточный»  
Генеральный директор Афанасьев Сергей Александрович, тел. 8 (910) 3000-300-300

*Handwritten annotations:* A red circle highlights the 'Key knowledge and skills' section, with a red '1' next to it. A blue circle highlights the 'Work experience' section, with a blue '2' next to it.



**Собеседование** - встреча с потенциальным работодателем или его представителем при приеме на работу.

Задачи собеседования — познакомиться воочию, понять, насколько работодатель и соискатель подходят друг другу, а также обсудить детали сотрудничества.

На собеседовании работодатель задаёт вопросы, касающиеся образования соискателя, его опыта, полученных навыков и знаний. Также возможны вопросы личного характера: цели, устремления в жизни, чего соискатель хочет добиться, какие у него планы.

**ПОМНИТЕ!** Первое впечатление при самопрезентации – как татуировка. «Свести» или замаскировать ее другим рисунком впоследствии будет очень сложно.



**Оставляйте  
после себя только  
хорошее  
впечатление!**

**Спасибо  
за  
внимание!**