



ПЛАНУВАННЯ
КАР'ЄРИ:
6 КРОКІВ ДО УСПІХУ

ПЛАНУВАННЯ КАР'ЄРИ І ВИБІР ПРОФЕСІЇ



Ви вже знаєте, що важливо планувати кар'єру. Для цього потрібно розробити **індивідуальний кар'єрний план – кар'єрограму**.

Індивідуальний кар'єрний план (кар'єрограма) – це документ, що допомагає управляти кар'єрою. Він містить опис бажаного шляху розвитку людини для заняття ним вакансії в компанії своєї мрії. Документ дає уявлення про те, які етапи повинна пройти людина та які знання, уміння і навички для цього потрібні.

ДЛЯ СТВОРЕННЯ КАР'ЄРНОГО ПЛАНУ БАЖАНО ЗНАТИ ВІДПОВІДІ НА НАСТУПНІ ПИТАННЯ:

Ваші інтереси:

- Чим би Ви хотіли займатися в житті?
- Скільки Ви б хотіли заробляти у Вашому житті?
- Який графік роботи Вас би влаштовував?
- Які навички, вміння та знання для цього потрібні?
- Чи є ці навички, вміння та знання у Вас?
- Що потрібно зробити, щоб їх отримати?

Вибір роботодавця:

- Які критерії у виборі роботи є найбільш важливими для Вас?
- Де Ви б хотіли працювати?
- Чи відповідають обрані роботодавці Вашим критеріям?
- Підготуйте список роботодавців Вашої мрії.

Знайомство з компанією Вашої мрії:

- Чи знаєте Ви кого-небудь в цій сфері / на аналогічній позиції, з ким Ви б могли зв'язатися в обраних Вами компаніях?
- Складіть питання, які Ви б хотіли їм задати?
- Чи готові попросити їх про зустріч?
- Чи підписались Ви на соціальні сторінки компанії Вашої мрії?
- Чи знаєте про заходи, в яких представники компанії беруть участь?

Виходячи з Ваших відповідей на вищенаведені питання, поставте перед собою чіткі цілі:

- короткострокові (на найближчі 6 місяців–1 рік),
- середньострокові (1–3 роки),
- довгострокові (4–10 років).

ПОРАДИ

від Кока-Кола Беверіджиз Україна щодо планування кар'єри:

1. Зробіть ставку на талант

Визначте напрямки, в яких Ви зможете найбільш ефективно застосувати свої таланти. Ви досягнете визначних результатів займаючись справою, до якої є хист та натхнення.

2. Ставте великі цілі – по них складніше промазати

Найзнаменитіші історії успіху зазвичай починалися з великих мрій молодих амбітних сміливців. Задумайтесь, ким Ви уявляєте себе через 5, 10, 20 років? Не бійтесь мріяти і ставити перед собою великі амбітні цілі - по них складніше промазати!

3. Намалюйте свою стежку до успіху

Ви вже вирішили, де Ваше місце на кар'єрному Олімпі? Тоді саме час прокласти свою стежку до успіху та впевнено крокувати вперед. Уявіть свій шлях у вигляді стежки на гору та визначте, які кроки Вам треба зробити, які позиції обійняти та які знання та навички набути на шляху до своєї мети. Важливо не тільки визначити кроки, але й спланувати їх у короткостроковій (1-3 роки, середньостроковій – 3-5 років та довгостроковій перспективі).

4. Будьте гнучкими та відкритими до нових можливостей

Кожен з нас мріє про швидку та струнку кар'єрну стежку, але в реальному житті вона може бути витіюватою та довгою. Іноді задля досягнення головної мети потрібно зайти з флангу та бути гнучким – навіть якщо сьогодні Вам пропонують позицію, яка не є престижною або запланованою, варто подумати – можливо на перспективу вона відкриє Вам шлях на вершину!

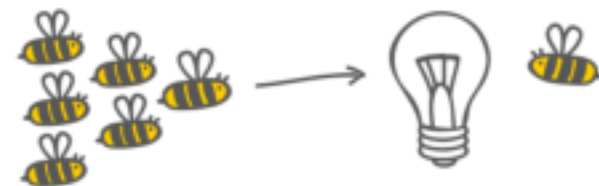
5. Мобільність та знання іноземних мов – ключ до успіху

Мобільність, гнучкість та знання іноземних мов, зокрема англійської, відкриють для Вас нові захоплюючі можливості для розвитку та побудови кар'єри, адже, як сказав Йонас Рідерстралле, талановиті особистості – це мобільні монополії з глобальними паспортами!

Coca-Cola

Робота в компанії

Робота в компанії Вашої мрії може включати декілька форм. Необов'язково в ній існують відкриті вакансії саме зараз, але Ваше співробітництво може вже розпочатися. Вам потрібно більш детально дізнатися про компанію та її проекти.



• Чи приймає компанія на практику студентів?

І тоді Ви зможете попросити кадровий департамент пройти практику в компанії.

• Чи має компанія програму стажування?

Якщо так, то це Ваш шанс взяти участь у програмі стажування і пройти її, та, можливо, пізніше Вам запропонують залишитися на постійну роботу.

• Чи має компанія вакансії з тимчасовою зайнятістю?

Тимчасова зайнятість – чудова можливість розпочати співробітництво з компанією і зарекомендувати себе професіоналом або людиною, яка готова навчатися. І така рекомендація відкриває двері в цю компанію на повну зайнятість.

• Чи має компанія цікаві проекти, де потрібні волонтери?

Дізнайтесь про цікаві проекти компанії (наприклад, проекти соціальної відповідальності), і тоді Ви зможете запропонувати Вашу допомогу у ролі волонтера. Ця робота вимагатиме відповідальності, але це дасть Вам змогу познайомитися з атмосферою і людьми в компанії, та, можливо, залишитися в ній на постійну роботу.

Як можна побачити, співробітництво з Вашою компанією може розпочинатися з різних посад і видів зайнятості, але це – перший крок до роботи Вашої мрії. По-перше, це дасть Вам змогу побачити саму компанію з середини і, можливо, зрозуміти, що це – точно не компанія Вашої мрії, і тоді у Вас буде можливість оновити свій індивідуальний кар'єрний план. Якщо ж Ви ще раз переконаєтесь, що саме ця компанія і є компанією Вашої мрії, то по-друге, у Вас з'явиться дуже багато знайомих і колег, які будуть готові надати Вам рекомендації. А якщо Ви зможете себе гарно зарекомендувати, то розпочнеться новий етап Вашої кар'єри – робота в самій компанії з повною зайнятістю. Але для того, щоб розпочати співробітництво з компанією, потрібно пройти декілька інших кроків. І перший з них – оновити Ваше резюме.

2 ПІДГОТОВКА РЕЗЮМЕ



Коли Ви вже знаєте чого Ви хочете у житті, в якій компанії Ви мрієте працювати, то настав час створити або оновити Ваше резюме. Сьогодні в інтернеті існує багато ресурсів, що допомагають створити резюме. В цьому розділі ми зосередимось на основних моментах. І пам'ятайте: зазвичай рекрутер витрачає від трьох до семи секунд на читання Вашого резюме, щоб прийняти рішення, чи працювати з резюме і Вами як кандидатом далі.

Резюме або CV (лат. curriculum vitae – «життєвий шлях») —документ, в якому подається коротка інформація про освіту, професійні успіхи й досягнення людини, яка його подає, з метою зацікавити роботодавця своєю кандидатурою. Зазвичай, резюме подається із супровідним листом. Основні пункти резюме (хоча зазвичай немає суворих вимог): ПІБ, контакти, досвід роботи, освіта, успішні проекти, в т.ч. волонтерські. знання мов, різних програм тощо.

Відеорезюме¹ – нова форма резюме, короткий відеоролик в цифровому форматі, зручному для відправки та відтворення, з короткою, але вичерпною розповіддю про себе. Відеорезюме повинно містити біографічні відомості, освіту, кар'єру, особисті якості.

Супроводжувальний лист – документ, в якому висловлюється бажання отримати саме робоче місце в цій компанії, і пояснюється, чому саме ви підходите на цю вакансію. Документ не має містити загальних фраз, тільки основні переконливі докази, чому ця вакансія – саме для Вас.

¹ Визначення Харківської служби зайнятості, див. <https://www.facebook.com/Kharkiv.regional.employment.center>



Структура резюме: поради від lifecell

- **Приватна інформація:** ім'я, сімейний стан, дата народження, номер телефону, e-mail (професійний: ім'я та прізвище), Skype, домашня адреса.
- **Вища освіта:** кваліфікація, спеціалізація, дати.
- **Додаткова освіта:** курси, тренінги, інше.
- **Професійний профіль:** загальна інформація стосовно професійного досвіду, проектної діяльності, інша діяльність, участь в конференціях в якості спікера, інше.
- **Досвід роботи:** у зворотній хронологічній послідовності.
- **Додаткова інформація:** особисті характеристики, водійське посвідчення, знання іноземних мов, рівень володіння комп'ютерними програмами, знання додаткових програм, інше.
- **Рекомендації.**



ПОРАДИ ЗІ СТВОРЕННЯ РЕЗЮМЕ



Основні базові правила прості: Ваше резюме не має містити неправди і дискримінаційних висловлювань, а також не бути довгим (максимум 1–2 сторінки).

1) Принципи написання резюме:

- грамотність;
- стислість: уникайте зайвих слів, невідомих та незрозумілих скорочень та термінів;
- конкретність: відсутність інформації, яка не має прямого відношення до вакансії;
- резюме повинно відповідати посаді, на яку ви претендуєте;
- цілеспрямованість: вкажіть основні факти, які підтверджують право претендувати на дану посаду;
- чесність: інформація повинна бути достовірною;
- гумор: відсутність недоцільного гумору, цитат, епіграмів, кредо життя, «статусів».

2) Найважливіша частина Вашого резюме – це його перша третина. Тому вкажіть, на яких ресурсах можна ознайомитись з результатами Вашої роботи – LinkedIn, особистий веб-сайт та інші профайли в соціальних мережах. Будьте готовими до того, що роботодавець може перевірити Ваші профайли (чи можна їх перевірити?). До речі, якщо Ваш потенційний роботодавець захоче погуглити про Вас, що він/вона знайде?

- 3) Резюме має містити відносно недавню інформацію, тому сміливо прибирайте інформацію десятирічної давнини, якщо вона не містить якихось важливих для кар'єри даних.
- 4) Обов'язково пропишіть Ваші основні навички, вміння і знання, необхідні для посади, на яку Ви подаєте Ваше резюме.
- 5) Розпишіть важливі проекти та їх результати, над якими Ви працювали. Надайте трошки інформації про проект (одне речення). Навіть якщо у Вас не було професійних проектів, то включіть Ваш досвід роботи в волонтерських проектах – це також розвиває Ваші навички.
- 6) Надайте опис того, як Ви навчаєтесь і професійно зростаєте. Наприклад, які курси Ви нещодавно пройшли (це те, що є у Вашому кар'єрному плані).
- 7) Додайте цифри і факти, щоб Ваше резюме було унікальним і відображало Ваші успіхи.
- 8) Створіть поштову адресу, якщо у Вас її ще немає, на ресурсі gmail.com, це – те, що демонструє Вашу сучасність. Зверніть увагу на формат Вашої поштової адреси, найкраще це ім'я.прізвище@gmail.com.
- 9) Зверніть увагу на форму і логічну побудову документу, а саме:
 - найбільш бажані шрифти: Arial, Tahoma, Verdana;
 - заголовки резюме потрібно виділити жирним та/або з підкресленням;
 - використання більш ніж 2-х шрифтів може зробити текст нечитабельним;
 - стандартним вважається шрифт 12-го розміру;
 - кожний розділ резюме повинен бути відокремленим від попереднього;
 - фотографія повинна бути в офіційному стилі.
- 10) Вичитайте Ваше резюме для уникнення орфографічних помилок.
- 11) Додайте інфографіку та особливі характеристики Вашої посади (дизайнер – цікавий дизайн, копірайтер – цікавий текст тощо).
- 12) Додайте відеорезюме, оскільки перше враження – найсильніше, то це суттєво відрізняє Вас від інших претендентів на вакансію.



СТВОРЕННЯ ВІДЕОРЕЗЮМЕ: ПОРАДИ ВІД 1+1



Відеорезюме дуже зручно використовувати для пошуку роботи в іншій місцевості та на віддалені вакансії.

«Відеорезюме – це чудовий спосіб показати потенційному роботодавцю себе, поділитися думками та ідеями та виділитися з-поміж інших. А також дізнатися про свої сильні і слабкі сторони, і підготуватися до майбутньої співбесіди. Зазвичай відеорезюме складається з відеоролика тривалістю до 3-х хвилин, що містить інформацію про:

- навички,
- досвід,
- інтереси,
- переконання кандидата,
- та відповідає на запитання, чому саме ви є найкращим кандидатом на вакансію»



Харківський центр зайнятості дає наступні поради зі створення відеорезюме:

- **Стислість і ще раз стислість.** Починати розповідь треба з освіти, потім перейти до етапів кар'єри. Говорити коротко, лише найяскравіші, цікаві факти. Все інше роботодавець, зацікавившись подробицями, зможе дізнатися зі звичайного резюме, яким супроводжується відео.
- **Стиль розповіді залежить від займаної посади.** Для творчих професій треба продемонструвати неординарність і креативність, для фінансових – строгість і чіткість, для управлінських – комунікабельність і задатки лідера.
- **Зовнішній вигляд – акуратний і зібраний.** Варто приділити увагу обстановці. Не варто знімати ролик на тлі старомодних меблів або в повному вакуумі. Створіть відповідне робоче місце.
- **Посмішка викликає довіру і симпатію.** Так само, як впевненість і чіткість рухів. Щоб уникнути тремтіння і перешкод варто скористатися штативом, це дозволить зняти якісне і красиве відео.
- **При низькій якості звуку** ролик варто перезняти з мікрофоном.
- **Готовий ролик** можна обробити за допомогою редактора відео, так він буде більш сучасним і яскравішим.

До речі, деякі компанії вже віддають переваги відеорезюме. Наприклад, компанія 1+1 вже давно відмовилась від подання традиційного резюме, і просить кандидатів подавати відеорезюме.



Основні кроки створення відеорезюме (поради від Харківського центру зайнятості)

1. Виглядайте професійно.
2. Одягніться відповідно, як ніби ви йдете на співбесіду.
3. Дивіться в камеру.
4. Не кажіть занадто швидко.
5. Переконайтеся, що на задньому плані відсутні шуми, а також виберіть нейтральний діловий фон, який не відволікатиме.
6. Розкажіть, чому ви будете хорошим працівником, і який внесок в розвиток компанії ви можете зробити, якщо вас візьмуть на роботу.
7. Не потрібно вдаватися в занадто докладні деталі.
8. Робіть акцент на професійних якостях, а не на особистих.
9. Створіть слайди, які супроводжують відео.
10. Ефективно використовуйте шаблони. Так як це резюме, вибирайте прості шаблони в діловому стилі. Вибирайте текст і фон, які добре контрастують.
11. Оцініть своє відео і дайте оцінити іншим.
12. Переконайтеся, що звук добре чути, а зображення чітко видно. Якщо вийшло не досить добре, почніть заново або внесіть необхідні зміни, додавши ще позитивних деталей, про які хотіли б згадати.
13. Пам'ятайте, що ваше відео-резюме, як і інші речі, які ви викладаєте в інтернет, стають публічними.
14. Дуже обережно відбирайте особисту, професійну і контактну інформацію, яку хотіли б надати.
15. Додайте посилання на відео в своє друковане резюме.



3 ПРАВИЛА ВІД 1+1 ДЛЯ СТВОРЕННЯ ВІДЕОРЕЗЮМЕ:

В 1+1 media відеорезюме використовується на етапі відбору стажерів у межах програми стажування «Ближче до ТБ». Відеорезюме дає можливість показати особистість кандидата у нестандартний спосіб, розкрити його мотивацію якнайкраще.

Для створення успішного відеорезюме потрібно дотримуватися 3-х простих правил:

- Відеорезюме має бути коротким, але інформативним. Резюме має відповідати конкретній посаді в конкретній компанії, тривалість – від 1-ї до 3-х хвилин.
- Додайте креативу. Не бійтесь творчого підходу, додайте трохи гумору. Будьте креативними, але професійними.
- Впевніться, що резюме є цікавим. В Інтернеті є багато прикладів цікавих відеорезюме, саме вони можуть стати вашим натхненням.