



Умение правильно преподнести себя в обществе открывает многие двери. Люди, обладающие навыками самопрезентации, быстрее и проще находят друзей, спутников жизни и, конечно, работу.

Составитель:

Страхова Татьяна Борисовна, начальник отдела практик и трудоустройства выпускников УМУ Российского государственного университета правосудия

Домашнее задание

- Произвести хорошее впечатление на собеседовании сложно без тщательной домашней подготовки. Сядьте и подумайте, как и о чём Вы будете говорить с потенциальным работодателем, запаситесь фактами, подтверждающими Ваши достижения в учебе, спорте, хобби . Такой тренинг позволит увереннее чувствовать себя на интервью, да и просто поднимет Вам настроение. Изучите саму организацию в которую вы хотите попасть, почитайте отзывы, изучите сайт компании. Вы должны четко представлять, чем она занимается и примерную роль отведенную для вас



Правило 30 секунд



- Существует мнение, что у человека есть лишь 30 секунд, для того чтобы понравиться. Действует это правило и при трудоустройстве. Ваша задача – сделать так, чтобы после Вашего появления с Вами захотелось общаться ещё.
- Произвести позитивное первое впечатление поможет тщательно продуманный внешний облик для визита к потенциальному работодателю.
- Ваш голос – также немаловажный штрих к портрету, поэтому постарайтесь, чтобы он звучал уверенно, но вместе с тем вежливо. Помните, что впечатление о Вас складывается не только из того, что и как Вы говорите. Невербальные средства в деловом общении играют не меньшую роль.
- При этом отрицательное впечатление производят скрещённые на груди руки (признак закрытости, нежелания быть искренним), ёрзание на стуле, чрезмерная жестикуляция, а вот хорошая осанка, открытый взгляд на собеседника, приветливая улыбка – без слов скажут о Вашем расположении и заинтересованности.
- И, конечно, будьте пунктуальны – серьёзные специалисты (а ведь Вы именно из таких) на деловые встречи не опаздывают!

Расскажите о себе

- Как правило, на собеседовании работодатель просит кандидата рассказать о себе.
- Здесь важно не теряться и выделить главное, что характеризует Вас – как личность и как специалиста. Расскажите о том, как планируете реализовать себя в выбранной профессии, чего достигли за годы учебы и чего хотите достичь на заинтересовавшей Вас должности в новой компании.
- Говорите чётко, убедительно. Никакой «воды» и лирических отступлений – только самое важное, имеющее непосредственное отношение к цели Вашего визита – получить желаемую работу.



Проявите интерес



- На собеседовании Вы должны не только заинтересовать рекрутера своей персоной, но и проявить ответный интерес к компании, работу в которой хотите получить. Как устроены бизнес-процессы отдела, в который Вы трудоустраиваетесь, чего ждут от Вас в самые первые месяцы работы и какие карьерные перспективы могут открыться впоследствии?
- Подобная заинтересованность — ещё один плюс в Вашу пользу

Резюме

- Самопрезентация — это всё то, что формирует Ваш образ, даже когда Вы не находитесь рядом с человеком. Телефонный разговор, резюме или письмо по электронной почте — это тоже способы заявить о себе.

- **Резюме** — это краткая самопрезентация в письменной форме Ваших профессиональных навыков, достижений и личных качеств, которые Вы планируете успешно реализовать на будущем месте работы с целью получения компенсации за них (например, в виде денег)
- Первое впечатление о Вас складывается у рекрутера именно из резюме, от того, как оно написано, будет зависеть дочитает ли он его до конца)))...
- Резюме пишется на 1-2 листах, не более. Поэтому постарайтесь кратко и емко изложить в нем всю необходимую информацию.
- Позаботьтесь об аккуратном форматировании текста резюме, о его структурированной подаче. Это говорит о вашем мышлении, нелишне напомнить об опечатках или грамматических ошибках, возможно случайных, но все же рекомендую тщательно все проверить перед распечаткой. В работе это очень важный аспект.
- Делайте акцент на своих достоинствах и не упоминайте о своих недостатках. О них у вас спросят на собеседовании, будьте к этому готовы.

Иванов Петр Васильевич
Цель: соискание должности юриста (стажера)

Место для
фотографии

Дата рождения: 22.05.1994. г.
Город: Москва
Семейное положение: не женат
Телефон: +7-xxx-xxx-xx-xx
E-mail: mail@mail.ru

Образование:

Высшее (очное) 2010-2014 г.г. Российский Государственный Университет Правосудия
Специальность: юриспруденция

Опыт работы:

03.05.2013-30.08.2013

ООО «Нотариальное бюро»

Должность: помощник юриста

Должностные обязанности:

- разработка проектов юридических документов
- решение юридических вопросов с органами местного самоуправления;
- консультация посетителей по правовым вопросам;
- подготовка договоров и других правовых документов
- визирование актов правового характера
- консультация клиентов по юридическим вопросам

Дополнительная информация:

Тренинги и курсы: в 2013 году прошел персональный тренинг на тему «Современные правовые аспекты предприятий» (Тренинг-центр «Ситино» г. Москва)

Знания иностранных языков: английский разговорный

Владение компьютером: на уровне опытного пользователя (Microsoft Office, Интернет, «Консультант +», «Гарант»)

Личные качества: ответственность, обучаемость, исполнительность, внимательность, умение консультировать клиента, умение работать с большим количеством информации.

(Рекомендации с предыдущего места работы)

Рекомендации с места учебы:

Декан факультета

Иванов Иван Иванович +7-xxx-xxx-xx-xx

Ожидаемый уровень заработной платы: 30 000 рублей. (или не писать, на ваш выбор, если не указать уровень, предложенный будет больше).



Перечень Интернет ресурсов по поиску
работы:

hh.ru

superjob.ru

zarplata.ru

rabota.ru

job.ru

job-mo.ru

joblist.ru

vacansia.ru

jobinmoscow.ru

rabota.mail.ru

rabota.yandex.ru



Стать мастером самопрезентации непросто, но практика творит чудеса – и со временем навыки правильной подачи себя войдут у Вас в привычку. Как известно, дорогу осилит идущий!

Отдел организации практик и трудоустройства выпускников
Российского государственного университета правосудия
г.Москва Новочеремушкинская ул. д.69
Тел.+7 (495) 332-54-43 (446)
E-mail: orgtrud@rsuj.ru
Мы в соцсетях: https://vk.com/rgup_msk