

Министерство образования и науки Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Оренбургский государственный университет»

Учебно-методическое управление

Отдел содействия трудоустройству выпускников  
и маркетинга образовательных услуг

# **ТЕХНОЛОГИИ ТРУДОУСТРОЙСТВА И ПЛАНИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Рекомендовано к изданию Редакционно-издательским советом федерального государственного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Оренбургский государственный университет» в качестве методических рекомендаций для студентов и выпускников высших учебных заведений

Оренбург  
2013

УДК 331.1(076.5)

ББК 65.240.57

Т38

Рецензент – проректор по учебно-методической работе, кандидат физико-математических наук, доцент, Почетный работник высшего профессионального образования Российской Федерации Т.П. Петухова

Авторы: Г.В. Карпова, Ю.Н. Никулина, И.А. Кислова, А.В. Кривоблоцкая, Л.А. Абрамова

Т38

Технологии трудоустройства и планирование профессиональной деятельности / Г.В.Карпова, Ю.Н. Никулина, И.А.Кислова, А.В. Кривоблоцкая, Л.А. Абрамова; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2013. – 136 с.

Методические рекомендации содержат советы студентам и выпускникам по организации поиска работы. Они знакомят с положением на современном рынке труда, учат технологиям эффективного трудоустройства, адаптации в новом коллективе и планированию профессиональной карьеры. Предназначены для студентов и выпускников вузов.

УДК 331.1(076.5)

ББК 65.240.57

© Карпова Г.В., Никулина Ю.Н.,  
Кислова И.А., Кривоблоцкая А.В.,  
Абрамова Л.А., 2013  
© ОГУ, 2013

## Содержание

Введение.....	5
1 Современный рынок труда .....	6
1.1 Ситуация на рынке труда в России .....	6
1.2 Анализ тенденций на рынке труда Оренбургской области.....	9
1.3 Формы государственной поддержки безработных граждан .....	15
2 Поиск работы .....	21
2.1 Если Вы оказались в ситуации без работы .....	21
2.2 Эффективные способы поиска работы .....	23
3 Составление документов .....	26
3.1 Искусство эффективного резюме .....	26
3.2 Резюме выпускника вуза .....	27
3.3 Сопроводительное письмо .....	33
3.4 Автобиография .....	36
3.5 Правила составления и оформления портфолио .....	37
4 Собеседование с работодателем .....	42
4.1 Подготовка к собеседованию .....	42
4.2 Составление рассказа о себе на собеседовании .....	45
4.3 Вопросы, задаваемые обычно на собеседовании .....	47
4.4 Особенности проведения собеседований .....	58
4.5 Анкета при приеме на работу .....	61
4.6 Психологическое тестирование при приеме на работу .....	62
4.7 Десять самых распространенных ошибок на собеседовании .....	64
4.8 Телефонные переговоры с работодателем .....	68
4.9 Действия после собеседования .....	70
5 Самозанятость. Открытие собственного дела .....	73
5.1 Рекомендации по организации собственного дела. Регистрация лица в качестве индивидуального предпринимателя .....	73
5.2 Государственная услуга по содействию самозанятости.....	75
6 Юридические аспекты трудоустройства .....	78

6.1	Основные правила оформления на работу .....	78
6.2	Документы при оформлении на работу .....	87
6.3	Испытательный срок – действуем по правилам .....	89
6.4	Увольнение с работы .....	91
6.5	Особенности приема на работу иностранных граждан .....	95
7	Адаптация и основы корпоративной культуры .....	100
7.1	Понятие и программа адаптации .....	100
7.2	Основные элементы корпоративной культуры .....	103
7.3	Правила адаптации в организации .....	105
7.4	Показатели успешности процесса адаптации .....	106
8	Планирование профессиональной карьеры .....	108
8.1	Виды профессиональной карьеры .....	108
8.2	Шаги построения профессиональной карьеры .....	110
8.3	Этапы планирования и реализации карьеры .....	111
	Заключение .....	114
	Список использованных источников .....	115
	Приложение А Структура безработных граждан по возрастным группам в Оренбургской области .....	118
	Приложение Б Анализ ситуации на рынке труда Оренбургской области за 2009 – 2011 гг. ....	119
	Приложение В Резюме выпускника (без опыта работы).....	121
	Приложение Г Резюме выпускника (с опытом работы) .....	122
	Приложение Д Образец сопроводительного письма .....	124
	Приложение Е Автобиография .....	125
	Приложение Ж Анкета соискателя работы .....	127
	Приложение И Трудовой договор .....	129
	Приложение К Гражданско-правовой договор .....	132
	Приложение Л Срочный трудовой договор .....	135