



PROFESSION.HU

A piacvezető állásportál Magyarországon.



Álláskeresési útmutató

végzősöknek



1 Képzeld el a jövőt! Merre tovább?

(Saját SWOT analízis elkészítése)

2 Pályakezdők dilemmái

(A munkaerő-piacról – Gyakornoki programok – Mester fokozat szerzése – Multi vagy magyar cég?)

3 Álláskeresési tippek

(Állásbörzék – Közösségi média és online brand – Networking)

4 Önéletrajz

(Belépő az interjúhoz – Milyen a hatékony CV? – Felépítés és információk)

5 Motivációs levél

(Mit tartalmazzon? Milyen hosszú legyen? Kell vagy nem?)

6 Telefoninterjúk

(Előszűrések – Mennyiben mások, mint egy interjú? – Mire kell vigyázni?)

7 Interjú

(Elvárások – Tippek – Mire figyelj? Jövedelem? – Kérdések – Idegen nyelven is)

8 Assessment Center

(Üzleti Központoknál jellemző kiválasztási módszer – Készülj-e rá? – Milyen gyakorlatok lesznek?)

9 Az első napok az új munkahelyen

(Hogyan illeszkedj be? – Mit tégy és mit ne? – Tanulj!)

Ha ma lennék friss diplomás, akkor nem lennék könnyű helyzetben, ezért tudatos rákészüléssel vágnék neki az első komoly munka megszerzésének. Ez a jegyzet azzal a céllal készült, hogy segítséget és gyakorlati útmutatást adjon a végzős hallgatóknak az első munkahelyük megtalálásában és a karrierjük elindításában.

1 Saját SWOT analízis készítése

Hamarosan kezdedben lesz egy diploma, és elindulsz állást keresni. Mielőtt belefogsz a keresésbe érdemes átgondolni, hogy milyen erősségeid vannak, ezeket hol tudnád hasznosítani, hol kellene fejlődnöd, milyen lehetőségeid vannak, és mi az, ami kockázati tényező lehet a karriered építésében.

Ez lesz a saját SWOT (strengths–weaknesses–opportunities–threats) elemzésed.

Ha elakadsz a gondolkodásban, kérd az ismerőseid, barátaid segítségét, olyanokét, akik Téged is, és a munkaerő-piacot is ismerik!

Gondold végig, hogy mit szeretnél elérni szakmailag, hol látod magadat 5-10-15 év múlva. Fontos azt is kiderítened, hogy számodra mi jelenti a fő motivációt? Szakmai tudás? Karrier? Anyagi elismerés? Státusz? Hatalom? Ismertség? Feladat? Pozitív visszajelzés?

Ha ezekkel tisztában vagy és van kitűzött célod, akkor tudatosabban keresel állást és jobban tudod a céljaidat lépésről-lépésre megvalósítani.



2 Pályakezdők dilemmái

Abban az esetben, ha jó hírű főiskolán vagy egyetemen végeztél, folyékonyan beszélsz angolul és még egy európai nyelven, legalább néhány hónapot külföldi egyetemen töltöttél ösztöndíjjal, esetleg dolgoztál külföldön, lehetőleg egy ismert cégnél, akkor egész jó esélyekkel indulsz, amikor eldördül a start pisztoly.

Az állás keresők nagy része nem büszkélkedhet a fenti paraméterekkel, de talán jó hír, hogy a személyiségnek is döntő szerepe van az (első) állás elnyerésénél. Milyen személyiségjegyeket keresnek a cégek a fiatal szakemberekben? Fontos, hogy a motiváltság, a lelkesedés, a rugalmasság. Sokat számít a jó probléma felismerő és megoldó képesség; hogyan reagál a pályakezdő, ha felmerül egy probléma, felismeri-e hogyan lehetne gyorsan és jól megoldani. Fontos a kommunikációs képesség: megérti-e a környezetében levők gondolatait, világosan képes-e a sajátjait megfogalmazni? Mennyire tud a csapattal haladni, segít-e a többieknek, ha azok elúsznak a feladataikkal, azaz mennyire csapatjátékos. Meghatározó, hogy idegen nyelven mennyire tud folyékonyan és érthetően kommunikálni szóban és írásban egyaránt. A nyelvvizsga megléte nem számít, az élő nyelvtudáson van a hangsúly. A pályakezdőknél többször elhangzik, hogy nem használható és nem gyakorlati tudást kapnak az iskolában. Érdemes ezért utána nézni az adott terület szakmai újdonságainak, legújabb fejlesztéseinek, eredményeinek, mert így rögtön pozitívabbá teheted a rólad kialakult képet.

Fontos, hogy tisztában légy azzal, hogy mit keres a munkaerő-piac. Optimális esetben már a középiskolából úgy tanul tovább az ember, hogy ismeri nagyjából a piac jellegzetességeit és a továbbtanulásnál ezeket is figyelembe veszi, még akkor is, ha 3-5 év alatt változhat a helyzet. Mérnököket és informatikusokat szívesen fogadnak, de csak akkor, ha beszélnek angolul, esetleg németül és már van szakmai tapasztalatuk.



Ha nem sikerül a végzés után állást találni, akkor felmerül a kérdés, hogy inkább tovább tanulnál egy mesterdiplomáért, hátha akkor kapósabb leszel a munkaerő piacon. Erről lebeszelnék mindenkit; újabb 2-3 tanulóval eltöltött év és még mindig semmi szakmai tapasztalat nem javítja az elhelyezkedési esélyeket, sőt inkább rontja.

Érdemes szakmai gyakorlatot szerezni, mert jobb helyzetben van az a pályakezdő, akinek már van munkatapasztalata. A legjobb, ha a saját szakterületén van értékelhető tapasztalata, tehát dolgoztál már egy cégnél, tudod, hogy mit jelent a munkakörnyezet, a feladatok elkészítése határidőre, egy munkafázis elvégzése, egy adott projekt egy szeletjének a megoldása. Bármilyen munka tapasztalat jobb a semminél. A gyerektábori ügyeletes és a gyorséttermi takarító is tapasztalat. Lehet, hogy nem szakmai, de legalább azt sugallja, hogy nem láblógatással telt a nyár. Már a tanulmányi időszakban érdemes erre gondolni és szakmai gyakorlatra menni vagy részmunkaidőre munkát vállalni. Kevés a lehetőség, ezért érdemes időben elkezdni a keresést.



Friss diplomásoknak az a javaslatom, hogy az első diploma megszerzése közben – tehát már a tanulmányi idő alatt -- is szerezzenek munkatapasztalatot és a diploma megszerzése után dolgozzanak 1-2-3 évet, mielőtt belevágnak a következő 2-3 tanulóval töltött évbe. Sokszor találkozom 25-26 éves 2 diplomás fiatal szakemberekkel, akiknek hiába bírnak a megfelelő képzettséggel, esetleg a nyelvtudásuk is megvan már, egyszerűen nem tudnak elhelyezkedni, mert eddig semmilyen kézzelfogható gyakorlati munkatapasztalatot nem szereztek még.



Multihoz vagy kisebb magyar céghez

Ha olyan helyzetbe kerülnék, hogy döntenem kellene, hogy egy globális (multi) cégnél vagy egy kisebb magyar vállalkozásnál kezdjem a karrieremet, akkor azt mérlegelném, hogy az előbbinél erősen leszabályozott keretek között, egy folyamat egy kis részében lehetne –nagyon- alaposan elmélyülni folyamatos támogatás és rendszeres képzés mellett. A munkaidő egy részében angolul/németül kellene kommunikálnom szóban és írásban, tehát az idegen nyelvtudásom nem kopna meg, sőt jelentősen fejlődne. A cégen belül a teljesítményértékelésen alapuló személyre szabott fejlesztési tervek képezik a lehetséges karrierút alapját, azaz minden ki van találva, csak be kell lépni a rendszerbe.

Egy kisebb magyar vállalkozásnál nagyobb a felelősség, hamarabb kerülhetnék döntési helyzetbe, lehet, hogy több vagy nagyobb területre is rálátásom lenne, ugyanakkor nem biztos, hogy a folyamatok és felelősségi körök teljesen leszabályozottak. A képzésekre a jelen gazdasági helyzetben nem biztos, hogy nyílik lehetőség.

Ha friss diplomás lennék, akkor nem vetném el az ötletet, hogy külföldre menjek, legalább 1-2 évre, hogy megismerjek egy másik kultúrát, nyelvtudásomat a napi kommunikációban csiszoljam és távol az otthonomtól önállósodjak és lelkileg megerősödvé és magabiztossággal felvértezett tudatos munkavállalóként térjek vissza.

3 Álláskeresés

Állásbörzék

Jó ötlet ellátogatni az állásbörzékre egy profin elkészített – és sokszorosított – önéletrajzzal. A legtöbb egyetem és főiskola rendez állásbörzét, valamint az állásportálok (Profession.hu) évente kétszer Virtuális Börzét szerveznek, amelyeken szintén részt vehetsz, kérdéseket tehetsz fel és feltöltheted az önéletrajzodat is.

A cégek egy része saját márkájának építése miatt van kinn, egy másik részük „csak” az adatbázisát szeretné bővíteni. Harmadik részük gyakornoki programra toboroz pályakezdőket. Az állásbörzéken nézelődni kell, odamenni azokhoz a standokhoz, amely cégek érdekesek lehetnek, szóba elegyedni az ott levő HR-es szakemberekkel, feltenni kérdéseket a gyakornoki programmal, a pályakezdők felvételével kapcsolatban. Mindezt javaslom, hogy ne farmerben, hanem egy fokkal elegánsabban öltözve tedd meg. Állásbörzén túl is időt kell szánni arra, hogy kiderítsd, hol hirdetnek gyakornoki programot és hogyan lehet bekerülni. Általában 1-2 fordulós szűréssel választják ki azt a 10-20 főt, aki felvesznek a céghez. A bekerülés egy jó márkanevű cég gyakornoki programjába manapság felér egy főnyereménnyel.

A felsőoktatási intézmények karrier irodái is tudják az álláskeresést gyakorlati tanácsokkal, önéletrajz írási ötletekkel, útbaigazítással támogatni.

Minél több embernek szólsz, hogy állást keresel, annál nagyobb a valószínűsége, hogy egyszer csak valakinek eszébe jut, amikor arról beszélnek, hogy valakinek a helyére kellene egy új kolléga. A fodrásztól a gondnokig mindenkinek érdemes szólni, mert hátha... Az állások egy részét ismeretségi alapon, ajánlásra töltik be, ezért jó, ha sokan tudnak arról, hogy most keresőben vagy. A közösségi oldalakat is lehet használni erre a célra, minél több embert szólítasz meg, annál jobb.

Közösségi média és online brand

A közösségi oldalak egyre inkább jelen vannak a hétköznapjainkban, az álláskeresésből sem érdemes őket kihagyni.

Töltsd fel a CV-det állásportálokra. A munkaadók sokszor keresnek szakembert az állásportálra feltett önéletrajzok között is, így a nagyobb portálokra mindenképpen javasolt a magyar- és az angol-nyelvű önéletrajz feltöltése.

Fejleszd az 'online brand-edet'!

Fontos, hogy vállalható módon jelenj meg, bárhol is fejtet ki a véleményed vagy szólj hozzá egy témához, azt mindig szakmailag megalapotozottan és megfelelő stílusban tedd, ellenkező esetben visszatetszést kelthetsz, és ronthatod a rólad kialakult összképet.

Üzleti kapcsolatok alakításának nagyszerű eszköze a LinkedIn, nemzetközi szakmai hálózat. A LinkedIn nyelve az angol, tehát akkor tudod jól használni /kihasználni, ha kommunikációképes vagy angolul. A LinkedIn oldalain fejed vadászok is „vadászgatnak”, bár nem éppen pályakezdőkre, ennek ellenére mégis javasolt itt is jelen lenni, ez inkább a későbbiekben kamatozhat majd.





Hogyan alakítsd a közösségi oldalakra feltett profilodat, ha álláskeresőbe kezdesz?

Először is érdemes ellenőrizd, hogy az önéletrajzban csatolt adataid összhangban vannak-e a közösségi oldalakon fellelhető profillal.

Nézd át, hogy milyen fotókat tettél fel, melyek ezek közül a mindenki számára láthatóak?

Milyen kommentjeid vannak, ezeket ki láthatja?

Amit mindenképpen érdemes megtenni: módosítsd a beállításokat, úgy, hogy csak a barátaid számára legyenek láthatóak, olvashatóak. Lehet, hogy egy profiltisztítás sem árt. Sokan elkövetik azt a „hibát”, hogy ismeretlenek is mindent láthatnak a közösségi oldalukon; az összes családi fénykép, lakcím (!), személyes adat, és nagyon személyes vélemény is megjeleníthető. Aki az oldalunkra kattint, rögtön képet alkothat személyiségéről és preferenciáiról, ha megnézi klubtagságait, kedvenc zenéit, esetleg politikai irányultságát. Egyre vékonyabb a vonal, amely elválasztja a privát életet a munkahelyitől, de ezt a vékony vonalat határozottan meg kell húzni!

Az álláskeresők egy része nem figyel arra, hogy a második generációs internetes technológiák segítségével az élete nyomon követhetővé válik.

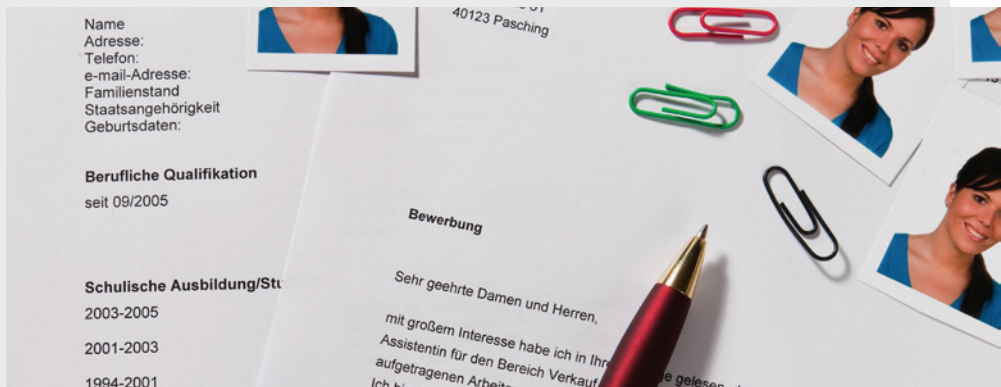
Ha a cég, ahol szeretnél dolgozni, olyan tartalmakat talál, vagy olyan fényképekkel szembesül, amelyek számukra elfogadhatatlan üzenetet tartalmaznak vagy életvitelre utalnak, akkor könnyen lehet, hogy nem kapod meg az állást.

4 Önéletrajz

Az önéletrajz egy marketingeszköz, amely azt a célt szolgálja, hogy a pályázató cég behívjon egy interjúra.

Javaslatom az, hogy készíts el egy 'alap' önéletrajzot, melyet mindig az adott pozíciónak megfelelően finomíthatsz. Mire gondolk? Látsz egy hirdetést, amelyre szeretnél jelentkezni. Olvasd át alaposan és a hirdetésben használt kulcsszavakból válassz ki néhányat és írd bele az önéletrajzodba. Különösen javaslom a hirdetés ígéinek átemelését az önéletrajzba. Miért? Az önéletrajzodat várhatóan ugyanaz a hr-es vagy toborzó fogja olvasni és dönteni arról, hogy melyik kupacba tegye, aki a hirdetést is megfogalmazta. Ha a hirdetésben használt szavakat (saját szavai) látja viszont, rögtön szimpatikusabbnak, jobbnak fogja értékelni és hamarabb ítéli úgy, hogy a háttered, tapasztalatod megfelel annak, amit a cég keres. Vannak úgynevezett 'hívó szavak', pl. szervezetfejlesztés, ügyfélorientált szemlélet, hatékonyság növelés, profiltisztítás, stb. nézd át a hirdetést és a megfelelő kulcsszavakat írd át az önéletrajzba, a megfelelő helyre.

Ha olyan munkakörre pályázol, ahová angol/német vagy egyéb idegen nyelvtudás is szükséges, akkor tanácsos eze(ke)n a nyelve(ke)n is elkészíteni az önéletrajzodat.



Az önéletrajz felépítése

Az önéletrajz első lapjának tetején 1-2 mondatban keretbe foglalva lehet megjeleníteni a Karrier célt vagy Profit. Itt írd le, hogy mit szeretnél, mihez értesz, mik az eddigi eredményeid. Tömören és figyelemfelkeltően!

Példa 1: *Frissen végzett, jó problémamegoldó, angolul tárgyalási szinten beszélő ambiciózus és mobilis Hálózati Mérnök CCNA minősítéssel*

Példa 2: *Pályakezdő mérnökként szeretnék egy olyan stabil céghez kerülni, ahol az eddig itthon és külföldön megszerzett elméleti ismereteimet a gyakorlatban is hasznosíthatom, tevékeny része lehetek egy jó szakmai csapatnak.*

Személyes rész: Neved, mobil és e-mail elérhetőséged kerüljön ide.

Az önéletrajz minden elemének azt a benyomást kell tennie, hogy profi vagy. Amennyiben vicces vagy bizalmaskodó (rambo@... vagy lofogu@) email címet használsz, azzal esélyeidet jelentősen ronthatod, mert a cég nem feltétlenül veszik komolyan a pályázatodat.

Fontos, hogy az önéletrajzodban egyértelműen jelezd email címedet és telefonszámos elérhetőségedet, mert a cégek ezek valamelyikén fognak keresni. Olyan email címet vagy mobilszámot adj meg, amit naponta többször is lehetőség van megnézni, mert a munkaadók általában gyorsan szeretnek választ kapni arra, hogy mikor érsz rá egy interjúra. Lehetőség szerint az önéletrajz első oldalán, jól látható helyen tüntesd fel ezeket.



Végzettség/képzettség: kezd a legmagasabb iskolai végzettségeddel, pályakezdőként még a középiskola nevét és az érettségi évszámát is beírhatod.

Mivel a 'Munka tapasztalatok' rész még limitált lesz, ezért a 'Végzettség/Iskolák' alatti részt érdemes minél több, a leendő munkáltató figyelmét felkeltő információval kitölteni. Ide beírhatod milyen szakon végeztél, a szakdolgozatod témáját, minősítését, ha indultál TDK-n, akkor szintén megemlítheted. Ha jó volt az átlagod, azt is beírhatod. Külföldi ösztöndíjat, IAESTE csere programban történő részvételt mind-mind megemlítheted. A lényeg az, hogy a leendő munkaadó lássa, hogy nem tétlenkedtél a tanulmányi időszak alatt, annyi tapasztalatot gyűjtöttél, amennyit csak lehetett.

Szakmai tapasztalatok: munkahelyed, beosztásod, feladataid

A munkahelyeknél mindig visszafelé haladunk, tehát a jelenlegivel kezd, és úgy menjél időben visszafelé.

Pályakezdőként nem biztos, hogy ide tudsz mit írni. Ha bármilyen, a végzettségedhez tartozó területen szereztél gyakorlatot, azt ide beírhatod – akkor is ha részmunka időben vagy nem hivatalosan történt. Ha más jellegű munkát végeztél, mondjuk gyorsétteremben vagy kertészetben dolgoztál, akkor ezeket a munkákat a szakmai munkák után írd be. Jobb, ha beírod, mert a nem szakmai munka is több a semminél.

Friss diplomásoknak az a javaslatom, hogy az első diploma megszerzése közben – tehát már a tanulmányi idő alatt- is szerezzenek munkatapasztalatot és a diploma megszerzése után dolgozzanak 1-2-3 évet, mielőtt belevágnak a következő 2-3 tanulóssal töltött évbe. Sokszor találkozom 25-26 éves 2 diplomás fiatal szakemberekkel, akiknek hiába bírnak a megfelelő képzettséggel, esetleg a nyelvtudásuk is megvan már, egyszerűen nem tudnak elhelyezkedni, mert eddig semmilyen kézzelfogható gyakorlati munkatapasztalatot nem szereztek még.

Nyelvtudás

Alapigazság, hogy nem a nyelvvizsga papír megléte számít, hanem a valós, gyakorlatban is használható tudás. A vállalatok egy nagyon szűk körét leszámítva, ahol egy érvényes nyelvvizsga bizonyítványt kérnek bemutatni, a legtöbb helyen, ha a munkakör megköveteli az idegen nyelv ismeretét, akkor az interjú egy része is az adott idegen nyelven fog lezajlani. Itt feketén-fehéren kiderül, hogy megvan-e a munkakör betöltéséhez szükséges nyelvtudás.

Alapfok, társalgási/középfok és tárgyalási/felsőfok szintű nyelvtudást érdemes megjelölni. Alapfokú az a nyelvtudás, amivel általános témakörökben el tudsz beszélgetni, egy rövid, nem szakmai mailt meg tudsz írni, ha a telefonon kell valamilyen egyszerű információt beszerezned, azt meg tudod oldani az adott nyelven.



Társalgási szintet (esetleg erős társalgási szintet) akkor érdemes írnod, ha mindennapi társalgásban részt tudsz venni, gondolataidat el tudod, mondani vagy le tudod írni az adott nyelven, szakmai leveleket el tudsz olvasni, külföldi főnököd mondanivalójának lényegét érted. Tárgyalási szinten akkor vagy, ha akár hétköznapi, akár üzleti életben használt nyelvezetet érted, külföldiekkel fennakadás nélkül kommunikálsz, idegen nyelvű megbeszélésen a hozzászólás vagy a partner mondanivalójának alapos megértése sem okoz nehézséget.

Ha a beszédértés és a beszédkézséged között jelentős a különbség, azaz jól érted, amit mondanak, vagy gond nélkül megírsz egy levelet az adott nyelven, de nem megszólalni már nagyon tudsz, akkor ezt jelezd úgy, hogy a nyelvtudás szintje:

Írásban – erős középfokú, szóban-gyenge alapfokú nyelvtudás.

Egyéb

Ide érdemes külön **„Számítástechnikai ismeretek”** alá beírni az általad ismert és használt programokat, pl. Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint), SAP, Oracle, stb. Ha informatikusként kívánsz elhelyezkedni, akkor értelemszerűen ezt a részt bővebben töltsd ki, esetleg már a munka tapasztalatoknál is részletezheted.

Jogosítvány: ha van, jelezd, ha a munkakörnél érdekes lehet, hogy milyen kategóriára szól, azt is írd be.

Karriertréningeken sokszor felmerül az a kérdés, hogy a személyes részbe a végére milyen információkat érdemes megadni magunkról.

Életkor vagy születési dátum: csak ha 40 évesnél fiatalabb vagy.

Nemzetiség/Állampolgárság: ha regionális pozícióról van szó, multi cégek esetében lehet érdekes, egyébként nem fontos. Ha nem magyar állampolgár vagy, akkor a megfelelő papírokkal munkavállalási engedély, stb. kell rendelkezned.

Hobby: abban az esetben, ha a munkakör betöltéséhez fontos. Ha nem, egyszerűen hagyd ki. Mit értek ez alatt? Ha a hobbid az olvasás vagy színházba járás, esetleg a zenehallgatás, az senkit nem érdekel. Ha sport, az már jobb, mert annak mindig feszültség levezető (stressz oldó) és erőnlétjavító hatása van. Ezt minden munkaadó szereti. Mely sportágak mit sugallnak? Tenisz-kapcsolatépítés, labdajátékok-csapatszellem, squash- gyorsaság, győzelem fontossága, hosszútávfutás-kitartás, egyéni teljesítmény fontossága, extrém sportok –merészség, innováció.

Ha valamilyen különleges hobbyd van, azt tüntesd fel. A hobbyról, szabadidős tevékenységről való néhány perces csevegés áthidaló lehet az interjú témái között, feszültség oldó szerep is van. Általános szabály, hogy csak olyat említs meg hobby-dként, amihez valóban értesz is, mert kellemetlen, ha az interjúztatónak szintén az a hobbyja és kiderül, hogy Te semmit nem tudsz, mondjuk az asztrológiáról, noha hobbyként felsoroltad. Szavahihetőséged rögtön lecsökken.

Vallásodat vagy politikai hovatartozásodat és szexuális orientációdodat soha ne említsd az önéletrajzodban és az interjú során se tegyél erre utaló megjegyzéseket.



Fénykép

Az önéletrajzhoz csak abban az esetben érdemes fényképet csatolni, ha a hirdető cég ezt kifejezetten kéri. A csatolt fénykép: igazolványkép, ami lehet színes vagy fekete-fehér is. A fényképen derűs, mosolygós arckifejezés a javasolt. Noha kis képről van szó, a hölgyeknek blúz /blézer viselése, uraknak pedig ing/zakó, lehetőleg nyakkendővel.

Fényképnek semmiképpen nem felel meg családi, baráti eseményen fotózott kép, továbbá egy nagyobb fényképről kivágott kép sem.

5 A motivációs levél

Az önéletrajz egy marketingeszköz, amely azt a célt szolgálja, hogy a pályázató cég behívjon egy interjúra.

Javaslatom az, hogy készíts el egy 'alap' önéletrajzot, melyet mindig az adott pozíciónak megfelelően finomíthatsz. Mire gondolk? Látsz egy hirdetést, amelyre szeretnél jelentkezni. Olvasd át alaposan és a hirdetésben használt kulcsszavakból válassz ki néhányat és írd bele az önéletrajzodba. Különösen javaslom a hirdetés ígéinek átemelését az önéletrajzba. Miért? Az önéletrajzodat várhatóan ugyanaz a hr-es vagy toborzó fogja olvasni és dönteni arról, hogy melyik kupacba tegye, aki a hirdetést is megfogalmazta. Ha a hirdetésben használt szavakat (saját szavai) látja viszont, rögtön szimpatikusabbnak, jobbnak fogja értékelni és hamarabb ítéli úgy, hogy a háttered, tapasztalatod megfelel annak, amit a cég keres. Vannak úgynevezett 'hívó szavak', pl. szervezetfejlesztés, ügyfélorientált szemlélet, hatékonyság növelés, profiltisztítás, stb. nézd át a hirdetést és a megfelelő kulcsszavakat írd át az önéletrajzba, a megfelelő helyre.

Ha olyan munkakörre pályázol, ahová angol/német vagy egyéb idegen nyelvtudás is szükséges, akkor tanácsos eze(ke)n a nyelve(ke)n is elkészíteni az önéletrajzodat.

A levél hivatalos stílusban íródjon, egy A4-es oldalnál ne legyen hosszabb, de egy jól összeállított levél fél oldalon is lehet átütő. Stílusban, külső jegyeiben is harmonizáljon az önéletrajzzal.

Kerüld a paneleket, tehát az olyan nagyon gyakran alkalmazott frázisokat, mint csapatjátékos, dinamikus, kiválóan kommunikáló. Ezek helyett keress más, rád jellemző jelzőket. Továbbá kerüld az amerikai karrier könyvek magabiztos szófordulatait, melyek Magyarországon inkább visszatetszést keltenek, például a levelet úgy befejezni, hogy „leendő munkatársa: Kovács Péter”

A motivációs leveled azt kell, hogy sugallja, hogy erre az állásra íródott és nem egy uniformizált levelet copy-paste-eltél, ezért a dátumot mindig frissítsd, és csempéssz bele az adott cégre vonatkozó információt. Lehetőleg név szerint szólítsd meg, akinek írod, ha nem tudod a nevét, akkor használd a „Tisztelt Asszonyom / Uram !” formát.



Még véletlenül se írd arról, amit nem tudsz, ne sajnálkozz munka tapasztalatod hiánya miatt. „Sajnos eddig még nem volt alkalmam szakmámba vágó feladatokat végezni...”

Fogalmazd meg, hogy miért érdekel az állás, mennyire van szakmai célkitűzéseiddel összhangban, hangsúlyozd, hogy hosszú távon gondolkodsz, a pályakezdőknél sokszor attól tartanak a cégek, hogy az első állás csak „ugródeszkának” tekintik majd.

Térj ki arra, hogy miért vagy motivált az állás megszerzésére, mutass rá, hogy a céljaid mennyire esnek egybe a vállalati célokkal.

6 Telefon interjúk

Nem ritka, hogy az önéletrajzok értékelése után először egy telefon-interjú kell átesni, majd, ha ez sikeres volt, kerülhet sor egy interjúra. Mindkét fél időt, költséget spórolhat így. Amikor a telefonod hirtelen megszólal és egy ismeretlen hang jelentkezik, hogy ABC cégtől, hogy a Hálózati mérnök pozícióra beadott CV-d alapján szeretne veled beszélgetni, akkor gyorsan kell kapcsolnod.

Ha az időpont, amikor a cég keres nem alkalmas, mondd meg őszintén és javasolj egy-két másik időpontot, amikor biztosan ráérsz. Fontos, hogy legyen elegendő időd és nyugodt körülmények között tudj beszélni.

Hogyan érdemes felkészülni a telefon interjúra?

- 1, Győződj meg róla, hogy az interjú ideje alatt nyugodtan tudsz beszélni, nincsen zavaró „zajforrás” (pl. ugató kutya). Halkítsd le a többi telefont, kérd meg a környezetben levőket, hogy ne zavarjanak. Igyekezz nyugodt körülményeket biztosítani, amikor a telefon interjúra tudsz koncentrálni.
- 2, Telefonod legyen feltöltve, és lehetőleg ne kihangosított állapotban használd.
- 3, A telefon interjúk egyik előnye, hogy kéznél lehet az önéletrajzod, amibe bele-belenézhetsz, előre feljegyezhetsz kulcsszavakat, melyeket érdemes megemlíteni, készíthetsz listát a sikeres projektjeidről. Használd ki ezt az előnyt és bástyázd körbe magadat információval.
- 4, Gondold át, hogy milyen kérdések várhatóak: például: „Miért szeretne cégnknél dolgozni?” és készülj fel meggyőző válaszokkal.
- 5, Figyeld a híreket, – ha a cég képviselője egy másik országrészből vagy másik országból hív, akkor a beszélgetés kezdetén érdemes egy-két mondatot szentelni az országáról vagy területéről hallott híreknek. A rólad alkotott első benyomása máris pozitív lesz.



- 6, Gondold át, hogy milyen fizetést szeretnél kérni. A telefoninterjúk egyik célja, hogy szűkítsék a jelentkezők körét, és akik túl sokat vagy túl keveset kérnek, már nem kerülnek be a következő körbe. A telefon interjú előtt informáldj, hogy mennyi az adott munkakörre a reális bér.
- 7, Gyakorolj – vedd fel a lehetséges válaszaidat diktafonra vagy a mobilodra. Hallgasd vissza, lehet, hogy rájössz, hogy hadarsz, vagy sokat hümmögsz, amely a telefon másik oldalán zavaróan hathat.
- 8, Ha idegen nyelvű interjú előtt állsz, akkor dupla energiával készülj. Nem biztos, hogy beszélgetőpartnered oxfordi angolsággal fog beszélni, lehet, hogy nehezen érthető akcentusa van. Érdemes néhány udvarias kérést előre megfogalmazni: „Elnézést, nem értettem, megismételné még egyszer?” „ Sajnos rossz/recseg a vonal, ezért az utolsó mondatát nem hallottam jól”. Ha túl gyakran kérdezel vissza, akkor beszélgetőpartnered gyanakodni kezdhet, hogy a probléma oka nem a technikában, hanem a nyelvtudásodban keresendő.
- 9, Ne csak válaszokkal, kérdésekkel is készülj! Kérdezz rá a döntési folyamatra, hány kör interjú várható még, milyen határidővel fognak dönteni? A beszélgetés lezárásához fontos, hogy legyenek kérdéseid. Ha nincsenek kérdéseid az azt sugallja, hogy nem mindent értesz, ezért nem kérdezel, vagy éppenséggel nem érdekel az állás. Ezt megelőzendő, készíts előre legalább 2-3 kérdést.
- 10, A beszélgetés végén köszönd meg a lehetőséget és kérdezz rá pontosan, hogy mi lesz a következő lépés.

Arra gondolj, hogy a telefon interjú célja, hogy biztosítsd helyedet a következő fordulóban.



7 Interjúk

Az interjú célja az állás elnyerése. Fontos, hogy legyen szakmai tudásod, de talán még fontosabb, hogy jól el is tudd adni magadat. Nem elég az, ha Te tudod magadról, hogy jó vagy, hanem ezt el is kell tudnod hitetni az interjúztatóval. Meg kell őt győzni, hogy akkor jár a legjobban, ha Téged vesz fel.

Az első benyomás

A legfontosabb, hogy az összbenyomás ápolts, tiszta és munkahelynek megfelelő legyen. Az első benyomás rengeteget számít. Kutatások kimutatták, hogy az interjú első 1-2 percében eldől, hogy az interjúztatónak szimpatikus-e a jelölt (ami nagyban befolyásolja, hogy az interjú végén javasolja-e a következő fordulóra) vagy nem.



Hogyan teheted magadat szimpatikusá?

Amikor találkozol az interjúztatóval mosolyogj rá. Fellépésed legyen határozott, de nem nagyképű. Testtartásod egyenes, ne tartsd magadat görbén. Határozottan fogj kezet, ne lagymatagon (ezt hívják döglött halnak), de ne is roppantsd össze az ujjait, hogy megmutasd milyen erős vagy. Kézfogásnál nézz a szemébe. Az interjú közben is tartsd a szemkontaktust, azaz, nézz rá, ne bámulj, de érdeklődő tekintettel figyelj arra, amit mond, néha bólints.



Az interjú sikeréhez jelentősen hozzájárul, hogy milyen arckifejezéssel, mennyire érdeklődő tekintettel, milyen testtartással ülsz. Sokat hozzátehet a sikeredhez, ha kezeidet nem teszed karba, hiszen ez a zárt gesztus negatív, érdeklődés hiányára utaló jelzéseket küld a beszélgető társad felé. Lábaddal ne dobogj, kezeddel ne kopogj, tolladdal ne csattogj, mert ezek idegességet sugallnak. És még egyszer: mosolyogj – testbeszéded megítélése sokkal pozitívabb lesz! Ha túlzásba viszed és harsány, túl határozott ember benyomását kelted, aki az amerikai 'Hogyan legyünk sikeresek?' könyvek betanult mondatait ismétli, akkor öngólt rúgysz.

Ha kellemes benyomást tudsz kelteni magadról, mert látszik, hogy kezeled a helyzetet, nem vagy feszült, mosolyogsz, akkor nyerő ügyed van.

Általános gyakorlat szerint először Neked kell mesélned magadról, tanulmányaidról, pályafutásodról, utána a cég képviselője mesél az állásról, majd lehetőség van kérdéseidet feltenni, a végén tájékoztatnak a további lépésekről.

Az interjú hossza általában 45 perc és 90 perc között van. Az interjúkra a 80/20-as szabály érvényes, azaz a rendelkezésre álló idő 80%-ban Te fogsz beszélni, 20%-ban az interjúzó.

Mire kíváncsi az interjúzó?

Itt van a hármás arany szabály: az interjú során az interjúzó a következő három kérdést tartja szem előtt:

- El tudja végezni a munkát? Azaz megvan-e hozzá a végzettséged, képzettséged, tapasztalatod?
- El akarja végezni a munkát? Azaz: elég motivált vagy –erre az arra, hogy keményen dolgozzál majd az ő cégénél? Ez a pozíció szakmailag megfelelő lesz-e Neked? Elég ambiciózus vagy, ugyanakkor nem vagy-e túl törtető?
- Képes lesz beilleszkedni a meglévő csapatba? Azaz: passzolsz-e a cég kultúrához, nem lógnál ki a többiek közül? Várhatóan képes leszel együtt dolgozni a kiállhatatlan Béla bácsival és az örökösen akadékoskodó Zsuzsával is?

Az interjú néhány perces bemelegítéssel kezdődik, ez a „jégtörés” időszaka, célja, hogy oldottabb állapotba kerülj, néhány perces csevejjel indít az interjúzó. Ne lepődj meg, ha arról kérdez, könnyen odataláltál-e, esetleg rögtön a szabadidőd tevékenységekre tér rá. Reakciód legyen barátságos, természetes, ez is része az interjúnak. Lehet, hogy rögtön találtok közös ismerőst, ez megkönnyíti a dolgokat. Fontos, hogy ne bizalmaskodj az interjúzóval, mert a dolog visszajára sülni el.



Az interjún gyakran előforduló kérdések

Készülj fel előre a várható kérdésekre:

- Meséljen valamit magáról, amit fontosnak tart – ez egy magas labda az interjú elején.
- Jó, ha felkészülsz arra, hogy 2-3 percig szabadon mesélj magadról, dióhéjban összefoglalva tanulmányaidat, eredményeidet, szakmai ambíciódat.
- Mi volt eddigi szakmai élete legnagyobb sikere? Miért?
- Mi volt eddigi szakmai élete legnagyobb kudarca? Miért?
- Miért ezt az egyetemet/főiskolát választotta?
- Miért ebben a szakirányban tanult tovább?
- Ha visszaforgathatná az idő kerekét, milyen pályát választana most?
- Milyen nehézségek vannak az Ön szakterületén?
- Milyen típusú emberekkel találja meg nehezen a közös hangot?
- Egyedül vagy csoportban szeret-e dolgozni inkább?
- Hol látja magát 2-3-4 év múlva?
- Miért Önt válasszuk erre a pozícióra a több tucat jelentkező közül?

Az interjú második felében a toborzó vagy HR-es elmeséli azt, amit az első körben tudnod érdemes a cégről és a pozícióról, utána felajánlja, hogy ha vannak kérdéseid, akkor tedd fel őket.

A legrosszabb megoldás az, ha mosolyogva annyit mondasz, hogy köszönöm, nincs kérdésem. Ez az érdektelenség és a motiválatlanság jele lehet.

Javaslom, hogy igyekezz néhány kérdést feltenni. Ha felkészültél az interjúra, akkor már lehet, hogy a tarsolyodban vannak ezek a kérdések a neten olvasottak alapján, vagy lehet, hogy az interjún elhangzottakról szeretnél bővebb információt kérni.



Néhány lehetséges kérdés:

- Mikortól kellene belépni?
- Betöltötték ezt a pozíciót már korábban is? Miért váltak el útjaik?
- Mi a legnagyobb kihívás ebben a munkakörben?
- M lenne a legfontosabb feladat, amit azonnal meg kellene oldani?
- Láthatnék egy szervezeti ábrát?
- Tudom majd használni az angol nyelvtudásomat?
- Kik tartoznának hozzám, kik lennének a munkatársaim?
- Ki segítené a vállalat megismerésében?
- Van a vállalatnál karriertámogató program?
- Mennyire rugalmas a munkaidő? Támogatják az otthonról történő munkát is?

Felkészülés

Minél többet készülsz egy interjúra, annál nagyobb esélyed van a sikerre. Kezdd a cég honlapjával, nézd meg a piaci jelenlétüket, versenytársaikat, termékeiket, szolgáltatásaikat, azaz gyűjts be minél több információt az adott cégről..... és próbáld is ezeket „használni” a beszélgetés során. Mutasd meg a cég képviselőinek, hogy tisztában vagy a cég stratégiájával, ismered a forgalmazott termékeiket, hallottál már az újdonságokról. Egyértelműen pozitív hatást lehet elérni azzal, ha a HR-es szakemberek azt látják, hogy utána olvastál a cégnek, nem készületlenül estél be az interjúra.

Interjú idegen-nyelven – emelkedik az adrenalin

Ha az ember nem az anyanyelvén beszél, szükségszerűen kevésbé lesz magabiztos. Főleg, ha hiányzik a napi beszéd rutin. Tapasztalataim szerint a most frissen végzetek egy részének kiváló a nyelvtudása, főleg akiknek lehetőségük adódott ösztöndíjjal vagy munka céljából néhány hónapot-évet a nyelvterületen tölteni, a többieknek viszont még sok-sok gyakorlásra lenne szükségük.



Az idegen-nyelvű interjú azért sem könnyű, mert a szakmai tudásunkról is az adott nyelven kell számot adnunk. Az interjúztatót a szaktudáson felül az is érdekli, hogy mennyire tudjuk magunkat folyékonyan és érthetően kifejezni az adott nyelven, mennyire értjük meg őt, és mennyire beszélünk nyelvtanilag helyesen. Arra érdemes törekedni, hogy érthető legyen a beszélgetőpartnerednek, hogy mit szeretnél mondani, tudd a gondolataidat az adott nyelven érthetően kifejezni. A statisztikák és tapasztalatok alapján mi, magyarok a beszédértésben vagyunk a leggyengébbek. Éppen ezért nagyon fontos a felkészülés. Gondold végig tanulmányaidat, karrier céljaidat, eddigi feladataidat, azt is, hogy miért szeretnéd az állást megkapni – idegen nyelven. Ha csak egy rövidebb interjú várható, akkor gyakran ezek az alapkérdések kerülnek szóba. Gyűjtsd össze az idetartozó szavakat, szókapcsolatokat és próbáld megfogalmazni a válaszaidat. Az internet rengeteg segítséget ad ebben a témában is.



Fizetés/Béralku

A fizetés soha ne hozd szóba, bízd ezt a kérdést az interjút vezetőre. A beszélgetés vége felé megkérdezi, hogy milyenek az anyagi elvárásaid. Nem érdemes visszakérdezni, hogy mit tud a cég fizetni, mert ezt nem fogja elárulni. Javasolt egy' -tól -i'g összeget megnevezni. Kisebb cégeknél érdemes azt is tisztázni, hogy a fizetés havi szinten fix-e, a munkaszerződésbe is ez az összeg kerül-e?

Az a pályakezdő, aki jó nevű egyetemen vagy főiskolán szerzett diplomát, kelendőbb a munkaerőpiacon és kezdő bére is magasabb lehet, mint a kevésbé neves iskolából kikerülő kollégáé. Később ez a különbség eltűnik és más szempontok számítanak, de az első állásnál még díjazták az oktatási intézmény hírért is. A fizetésen kívül számíthat még, hogy van-e cafeteria, prémium, teljesítmény értékelési rendszer, támogatja-e a képzést a cég, van-e perspektíva?

8 AC – Assessment Center

AC= Assessment Center, magyarul Értékelő Központnak nevezzük. Multinacionális cégek közül sokan alkalmazzák, gyakornoki programra, Üzleti Szolgáltató Központok (BSC) is sokszor AC-vel veszik fel az 1-2 éves szakmai tapasztalatot már szerzett munkatársakat.

Az AC célja, hogy kiválaszthassák a jelentkezők közül azokat a szakembereket, akik a képességei, készségei és személyiségjegyei alapján képesek lesznek az adott munkakör követelményeinek megfelelni, beilleszthetők a csapatba és ott az elvárások alapján teljesíteni is tudnak.

A pályázók tevékenységét az AC során az úgynevezett Értékelők kísérik végig. Az Értékelők egyrészt a cég HR szakemberei, vagy HR tanácsadók, valamint az adott szakterület (pl. ügyfélszolgálat, pénzügy, logisztika) képviselői. Utóbbiak arra is figyelnek, hogy a pályázók szakmai tudása az elvártnak megfelelő legyen. Az AC után minden Értékelő megosztja a véleményét a többiekkel, és ennek alapján születik meg a közös döntés arról, hogy hány pályázót és kiket vesznek fel.



Milyen gyakorlatokra lehet számítani?

Az AC-k az adott cégre szabottan kerülnek kialakításra, de vannak típusgyakorlatok, melyekkel a legtöbb AC során találkozhatunk:

- Bemutakozás, ahol a jelölteknek saját magukról kell beszélni.
- Csoportos gyakorlatok, ahol a jelölteknek csoportban kell dolgozniuk és meghatározott idő alatt egy feladatot közösen megoldaniuk.
- Szerepjáték, ahol egy, a napi munka során elképzelhető helyzetet kell eljátszani. Bár mire az AC-ra behívják a jelentkezőt, egy-két interjún már túl lesz, de az AC-k jelentős részében még egy Interjú várható, ahol az addigi szakmai tapasztalatokról, karrier tervekről fognak kérdések elhangzani. Az is elképzelhető, hogy az interjún konkrét kérdéseket kap pl. az ügyfelek kezeléséről vagy a főnök-beosztotti kérdéskörből.

„Pihenésképpen” néhány Teszt kitöltésére is kell számítani, melyek lehetnek intelligencia vagy személyiség tesztek, numerikus- verbális- vagy alkalmazkodási készséget vizsgáló tesztek.

Az AC-n végig koncentráltan kell dolgoznia, szoros időkorlátok között kell a feladatokat megoldania. Több szakemberrel is fogsz találkozni, a közös hangot gyorsan meg kell velük találnod.

Hogyan lehet egy AC-ra jól felkészülni?

Fontos, hogy kipihenten és koncentráltan érkezz. Az AC során próbálj meg csak a feladatokra figyelni és add önmagadat. Ha megpróbálsz szerepet játszani, vagy arra koncentrálsz, hogy ez a kérdés vajon mire is vonatkozik, és mi lehet az ideális válasz, akkor ezzel értékes időt veszítes el. Másrészt minden feladatnál képzett Értékelők figyelik a válaszokat, tehát a szerepjátszásra előbb vagy utóbb, de mindig fény derül.



9 Első napok az új munkahelyen

A pozitív hozzáállás sok mindenen segíthet! Nem könnyű az első munkahelyen megszokni egy egészen új életformát, általában 6 hónap alatt rázódik bele az ember. Az első napokban érdemesebb egy fokkal üzletiesebben öltözködni, lehet, hogy bemutatnak a nagyfőnökeknek, vagy egy megbeszélésre kell bemenni. Érdemes felmérni, hogy a többiek hogyan öltözködnek, és azt lehet követni.

Az első nap végére még nem fogod tudni az összes kollégád nevét, ez természetes, de igyekezz minél hamarabb megtanulni, hogy ki kicsoda, mert mindenkinek jó esik, ha nevén szólítják.

„Az első héten még nincsenek rossz kérdések” – ilyenkor még nem kellemtelen kérdezni, hiszen nem is tudhatod, hogyan működnek a folyamatok, gépek, milyen szokásai vannak a közösségnek. Inkább ilyenkor kérdezz és tanulj, mert ha csak néhány hét elteltével derül ki, hogy valamivel nem vagy tisztában még mindig, akkor könnyen kialakulhat az a kép, hogy érdektelen és felületes vagy, noha csak elmulasztottál 1-2 dolgot az elejét tisztázni.

Ha a cégnél van szervezett orientáció, akkor mindenképpen vegyél részt rajta.

Ameddig nem öntenek el a feladatok, addig gyűjts információt a vállalatról, szervezetről, ismerkedj a folyamatokkal, céges irányelvekkel, célokkal és a stratégiával. Intranetről (ha van), céges kézikönyvekből, szabályzatok, utasítások elolvasásából sok-sok információ nyerhető a cégről, amelyeknek később még a hasznát veheted.

Az első időben érdemes a hangsúlyt a megfigyelésre helyezni, beszéljess, hallgasd meg mások véleményét, figyelj. Ez most az információ gyűjtés időszaka.

Valamennyi magán intéznivalója mindenkinek van munkaidő alatt, de ezeket igyekezz a minimumra szorítani és csak a valóban nagyon fontos telefonokat intézd röviden a munkaidőd alatt.

Ha hívnak kávézni vagy munka után valamit meginni a kollegák, menj el velük, így hamarabb válhatsz a csapatuk részesévé.

Ha a fenti tanácsokat megfogadod, akkor jelentősen javulnak esélyeid, hogy elnyerd a neked tetsző állást és elindíthasd a karrieredet. Olyat, amilyenre mindig is vágytál.

Ehhez kívánok sok sikert!

Herczku Monika
Karrier-tanácsadó

