

## Napišite savršeni ŽIVOTOPIS!

Životopis je vaša "reklamna brošura"! Osim što sadržava sve podatke o vašem iskustvu i znanjima, životopis govori i o vašoj općoj kulturi, sposobnosti autoprezentacije i komunikacijskim vještinama...

### Što sve sadrži dobar životopis?

- osobne podatke
- podatke o formalnoj edukaciji
- podatke o dodatnoj edukaciji
- radno iskustvo
- poznavanje stranih jezika i računalnih aplikacija
- aktivnosti, nagrade i priznanja
- motivacija za poziciju
- mogući izvori preporuka

### Pravila u pisanju životopisa

- Životopis mora biti uredno i pregledno napisan na računalu.
- Životopis ne smije biti predug.
- Životopis mora sadržavati tablični prikaz informacija.
- Informacije o edukaciji i radnom iskustvu navode se u obrnutom kronološkom redu.
- Pazite na gramatiku i stil pisanja.
- Budite iskreni.
- Izbjegavajte slanje Word dokumenata.
- Životopis nikada nije gotov.

### Što poslodavce smeta?

Što poslodavce smeta u životopisima koje zaprimaju? Izbjegnite najčešće pogreške zbog kojih se poslodavci ponekad pitaju kakvi se to ljudi javljaju na njihove natječaje.

- Nemojte pitati postoji li u tvrtki posao za vas, nego pošaljite životopis.
- Nemojte slati životopis ako barem približno ne odgovarate uvjetima pozicije.
- Životopis šaljite samo jednom.
- Nemojte slati životopis koji pravopisno i gramatički nije savršen.
- Pazite da se iz vašeg e-maila ne vidi da ste životopis istovremeno poslali na više adresa.
- Nemojte zaboraviti navesti točne periode koje ste proveli na pojedinim radnim mjestima.
- Osobni podaci moraju biti potpuni.
- Ograničite se na važne informacije.
- Nemojte lagati.

## Kako se pripremiti za PSIHOLGIJSKO TESTIRANJE?

Trebate znati da možete učiniti vrlo malo kako biste se pripremili za testiranje. Testovi se zasnivaju na činjenici da su vam zadaci i informacije u njima nepoznati, da se niste s njima nikad prije susretali.

### Prije testiranja...

- Provjerite koji tipovi testova će biti primijenjeni.
- Pokušajte pronaći dostupne testove za vježbu.
- Prije rješavanja numeričkih testova dobro je ponoviti neke osnove računske operacije kao na primjer izračunavanje postotaka i operacije s razlomcima bez upotrebe kalkulatora.
- Čitanje poboljšava vaše verbalne vještine.
- Ako postoje bilo kakvi čimbenici koji bi mogli utjecati na rješavanje testa (npr. ne govorite tečno hrvatski, imate disleksiju...) pobrinite se da o njima unaprijed obavijestite osobu koja provodi testiranje.
- Dobro se naspavajte noć prije testiranja.
- Ako koristite naočale ili bilo kakvo pomagalo, pobrinite se da ih ponesete sa sobom.
- Olovke za rješavanje osigurati će vam ustanova gdje će te se testirati.

### Za vrijeme testiranja...

- Ne kasnite na testiranje.
- Pokušajte ostati opušteni i smireni. Na dan testiranja izbjegavajte kofein i dobro doručkujte.
- Posvetite svu pažnju uputama za rješavanje testa.
- Odgovarajte na pitanja prema zadanim uputama.
- Provjerite postoji li negativno bodovanje.
- Riješite sve primjere i zadatke za vježbu na početku svakog testa sposobnosti.
- Imate li pitanja, postavite ih u ovom trenutku.
- Svako pitanje pažljivo pročitajte prije davanja odgovora.
- Pokušajte izbjeći nepotrebne pogreške i nemojte se predugo zadržavati niti na jednom pitanju.
- Rješavajte test što je brže i točnije moguće
- Ako vam je tijekom testiranja potrebna stanka (da popijete vode, odete na zahod i sl.) trebate je tražiti.
- Upamtite da ispitivači žele da vam bude što udobnije, kako bi rezultat Vašeg testa bio pravi odraz Vaših sposobnosti.

### Ne trebate se testirati ako:

- ste umorni
- ste pod utjecajem stresa
- vam se nešto desilo na dan testiranja ili dan ranije
- ste bolesni

Stranice s korisnim primjerima i zadacima za vježbu  
[www.mensa.hr](http://www.mensa.hr)  
[www.ase-solutions.co.uk](http://www.ase-solutions.co.uk)  
[www.shldirect.com](http://www.shldirect.com)  
[www.ets.org](http://www.ets.org)  
[www.kaptest.com](http://www.kaptest.com)  
[www.practicetests.cubiks.com](http://www.practicetests.cubiks.com)

## KAKO ZABLSTATI NA INTERVJU?

### Pripremite se za intervju...

- Raspitajte se o tvrtki koja raspisuje natječaj te o konkretnom poslu koji se nudi.
- Pripremite kratku prezentaciju o sebi i uvježbajte odgovore na najčešća pitanja koja se postavljaju na poslovnom intervjuu.
- Odjenite se primjereno.
- Budite točni.

### Ponašanje na intervjuu

- Pokažite entuzijazam.
- Važan je govor tijela. Čvrsto rukovanje, gledanje sugovornika u oči, siguran glas i jasno izlaganje, uspravno sjedenje izražavaju samopuzdanje.
- Pokažite zanimanje za sve dobivene informacije.
- Slušajte što Vas se pita, pružite tražene informacije te primjerima posvjedočite svoje uspjehe i prednosti.
- Postavljajte pitanja jer tako pokazujete svoj interes za konkretni posao.
- Tijekom razgovora trebate imati samo jedan cilj – dobiti posao!

### Najčešće pogreške kandidata na intervjuu

- ubrzan ili usporen govor
- rastresenost
- nametljivost ili ravnodušnost
- neiskrenost
- neurednost
- trema koja je izmakla kontroli

### Kako tremu držati pod kontrolom...?!?

- usmjerite se na polagano i duboko disanje te opustite mišiće tijela
- prisjetite se svojih uspjeha, a zadovoljstvo koje ta sjećanja potaknu vidjet će se u Vašem stavu
- slobodno ponovite informacije iznesene u životopisu
- usmjerite se na komunikaciju (koncentrirajte se na pitanja i svoje odgovore), a ne na izvedbu
- čak i ako nemate posebnih dostignuća s kojima se možete pohvaliti, svojim stavom pokažite kako znate da ste na početku, ali da ste spremni krenuti iz sve snage

**POPIS STANDARDNIH PITANJA ZA SELEKCIJSKI INTERVJU**

1. Možete li nam reći nešto o sebi?
2. Što znate o ovoj tvrtki?
3. Što vas je privuklo da se prijavite za ovaj posao?
4. Koje bi kvalitete, po vašem mišljenju, trebala posjedovati idealna osoba za ovaj posao?
5. Navedite razloge zbog kojih biste baš Vi bili dobar izbor u ovom selekcijskom procesu.
6. Što mislite, koje su vaše najveće prednosti?
7. Na čemu biste kod sebe još voljeli poraditi?
8. Kako bi vas opisao neki suradnik/prijatelj/profesor koji vas dobro poznaje?
9. Imate li neko prijašnje radno iskustvo? Opišite ga!
10. Recite nešto o Vašem sadašnjem poslu. Što Vas je privuklo tom poslu? Zbog čega ga želite promijeniti?
11. Kako vam dosadašnje obrazovanje i radno iskustvo mogu pomoći u obavljanju ovog posla?
12. Što smatrate svojim najvećim postignućem do sada?
13. Kako bi izgledao vaš idealan posao?
14. Kako se ovaj posao uklapa u Vaš plan razvoja karijere?
15. Koji su vaši kratkoročni i dugoročni ciljevi?
16. Gdje se profesionalno vidite za pet godina?
17. Jeste li planirali neku daljnju edukaciju?
18. Možete li opisati neki problem na koji ste naišli u poslu te što ste sve učinili kako biste ga riješili?
19. Možete li opisati situaciju u kojoj niste neki zadatak uspjeli obaviti na vrijeme. Zbog čega se to desilo? Koje su bile posljedice? Što ste naučili iz toga?
20. Jeste li uspješniji kad radite samostalno ili u timu?
21. Koje su karakteristike uspješnog/neuspješnog tima?
22. Koje vas osobine čine učinkovitim članom tima?
23. S kojim ljudima najbolje surađujete?
24. Opišite situaciju u kojoj ste trebali surađivati s osobom s kojom se ne slažete? Što ste napravili kako bi uspješno surađivali s tom osobom?
25. Možete li opisati situaciju u kojoj ste trebali primijeniti svoje sposobnosti rukovođenja. Kako biste opisali svoj stil vođenja?

## **TRAŽIM (BOLJI) POSAO... Kako? Gdje? Na što obratiti pozornost?**

Više nema doživotnih poslova i do kraja karijere vjerojatno ćete promijeniti nekoliko poslova. Sami morate preuzeti odgovornost za svoju karijeru – morate je usmjeravati i izgrađivati sami.

- Razmislite što ustvari želite od karijere, koje biste poslove rado obavljali?
- Kakvi ste zapravo i kakva je vaša osobnost?
- Koje su vam prednosti, a koje mane?
- Za što ste sposobni, a što vam baš nikako ne ide?

**Gdje poslodavci traže nove zaposlenike:**

- Oglašavanje na specijaliziranim web stranicama 70%
- Preporuke zaposlenika i relevantnih osoba 60%
- Oglašavanje u tiskanim medijima 40%
- Ostalo: baze, *web site-ovi*, agencije 10-20%

**Kako tražiti (bolji) posao? Dobre tehnike za razvoj i usmjeravanje karijere:**

- Aktivno tražite posao.
- Budite spremni stalno učiti i usavršavati se. Provjerite i obnovite svoje znanje stranih jezika, informatike, daktilografije...
- Izgrađujte mrežu kontakata.
- Naučite prodati sami sebe. Napišite savršeni životopis.
- Razvijajte komunikacijske vještine.
- Budite prilagodljivi, inovativni i hrabri.

**Što možete učiniti ako ste student? Kako početi karijeru?**

Pristupite udruzi studenata na vašem fakultetu...

- Povezuju studente i poslodavce
- Radionice, seminari, konferencije, predavanja omogućuju stjecanje dodatnih praktičnih znanja
- Informiranje o stanju u svijetu rada
- Programi razmjene studenata
- Osiguravanje stručne prakse

Posjetite sajmove – Career Day, Job Fair...

- Direktan kontakt s poslodavcima
- Tvrtke pružaju konkretne informacije o uvjetima zapošljavanja i znanjima i vještinama potrebnim za rad
- Dodajte svoj CV u njihove baze podataka