

**Анастасия де Вааль**

**THE JOB-READY  
GUIDE**

**К КАРЬЕРЕ  
ГОТОВ**



**ОГИЗ**

**Издательство АСТ  
Москва**

УДК 331  
ББК 65.5  
В12

**Anastasia de Waal**  
**The Job-Ready Guide**  
**How to set yourself up for career success**

Перевод *The Job-Ready Guide* публикуется по договоренности с  
*Kogan Page*.

Все права защищены. Нарушение прав автора, правообладателя, лицензиара влечет привлечение виновных к ответственности

**Вааль, Анастасия, де.**

В12

К карьере готов. Руководство по достижению карьерного успеха / Анастасия де Вааль ; пер. с англ. Веры Наумовой. — Москва : Издательство АСТ, 2022. — 320 с. — (Взламывая карьеру).

ISBN 978-5-17-118630-2

Начало карьеры — один из сложнейших этапов в жизни каждого. Поиск вакансий, составление резюме, прохождение собеседований, знакомство с коллегами и выстраивание взаимоотношений с работодателем — все это вызывает стресс. Особенно если сталкиваешься с этим впервые. Эта книга — руководство по подготовке к работе, которое ответит на самые важные вопросы: как создать сильное резюме, не имея большого опыта работы; как приобрести навыки, необходимые для успешной карьеры; как составить сопроводительное письмо, которое выделит вас среди других соискателей; как подготовиться к собеседованию и как отвечать на самые каверзные вопросы; как влиться в новый коллектив и подстроиться под ритм организации.

Также здесь вы найдете не только интерактивные упражнения, но и инсайдерские советы от работодателей и профессионалов на разных этапах своей карьеры, которые раскрывают «то, что они хотели бы знать».

**УДК 331**  
**ББК 65.5**

ISBN 978-5-17-118630-2

© Kogan Page, 2019  
© Оформление, перевод  
на русский язык.  
ООО «Издательство АСТ», 2022

## Об авторе

---

**А**настасия де Вааль — руководитель группы по вопросам семьи и образования и заместитель директора исследовательского центра *Civitas*. Также она является дипломированным учителем начальной школы и основателем организации *I Can Be*, которая устраивает экскурсии для учеников начальной школы из неблагополучных семей. В ходе этих экскурсий детям удастся познакомиться со специалистами на их рабочих местах. Анастасия — автор множества статей в СМИ, председатель национальной благотворительной организации *Family Lives* и внештатный научный сотрудник Центра исследования семьи Кембриджского университета.

## Введение

---

**В**ы учитесь в университете или колледже, а может быть, недавно отметили выпускной? Неважно, на каком этапе обучения вы находитесь, достаточно ли четко представляете свой следующий шаг или чувствуете себя так, будто вас оставили на произвол судьбы. Книга «К карьере готов» поможет понять, о чем следует помнить и что нужно сделать, чтобы подготовиться к началу трудовой деятельности.

### Знакомы ли вам следующие мысли?

«Я понятия не имею, чем хочу заниматься».

«Возможно ли получить работу, не имея опыта в соответствующей отрасли?»

«А что нужно делать, просто собирать брошюры на ярмарках вакансий?»

«Нужно ли включать результаты экзаменов в CV<sup>1</sup>?»

«Что делать, если я не могу найти ответ на один из вопросов во время собеседования?»

«Откуда мне знать, какой примерно должна быть моя первоначальная зарплата?»

«А что, если я не пойму, как выполнить поручение в первый же рабочий день?»

## Подготовка к профессиональной жизни

Современный рынок труда высококонкурентен и сложен. Сейчас актуальнее, чем когда-либо, становится умение доказать работодателю, что вы подходите на желаемую должность. Это требует определенных усилий с вашей стороны: от приобретения навыков

---

<sup>1</sup> CV (от лат. *curriculum vitae*) — краткое описание жизни и профессиональных навыков. В России термины CV и резюме зачастую считают синонимами, однако CV — более подробный документ, чем резюме. — *Прим. пер.*

и опыта до осознания принципа работы той отрасли, в которой вы собираетесь работать. Также следует помнить о постоянном профессиональном развитии.

Книга поможет вам разработать и усовершенствовать свой карьерный план, выяснить, куда и к чему вы стремитесь, а также обеспечит необходимыми инструментами для достижения целей. Она будет полезна в первую очередь тем, кто заканчивает университет или колледж, однако большую часть советов с легкостью может применить любой человек, который только начинает свою карьеру.

Чтобы настроиться на успешное начало карьеры, нужно ориентироваться и на то, что происходит в настоящем, и на профессиональное будущее в более долгосрочной перспективе, на каком вы бы ни находились этапе планирования карьеры. Другими словами, речь идет о создании такого CV и развитии таких навыков, которые помогли бы вам успешно представить свою кандидатуру и подготовиться к устройству на первую работу после университета или колледжа. Также необходимо развить навыки, которые помогут создать хорошую репутацию на новом рабочем месте.

Стоит с самого начала подчеркнуть, что планирование карьеры не означает, что вы должны освоить только одну профессию или работать в одной и той же сфере всю оставшуюся жизнь. Сегодня карьера — гораздо более гибкое понятие, а рабочие места, из которых состоит успешная карьера, зачастую очень разнообразны. Подготовка к работе — это уже начало профессиональной жизни, когда вы открыты новым возможностям и постоянно развиваетесь.

## **Каких знаний ожидают от вас работодателя?**

Момент перехода от учебы к работе может казаться пугающим, и многие будущие сотрудники говорят, что чувствуют себя недостаточно подготовленными.

Важно отметить, что многие из ваших будущих начальников с этим согласятся. Работодатели из различных отраслей и руководители отделов с разным стажем работы постоянно жалуются, что замечают в кандидатах и новых сотрудниках одни и те же недостатки. Как выразился один работодатель: «Новички на рынке труда более образованны, чем когда-либо, и это замечательно. Но многие из них не так хорошо подготовлены к требованиям, которые им предъявляют в начале трудовой жизни и которые необходимы для достижения успеха в будущем».

При написании этой книги я преследовала цель внести свой вклад в преодоление разрыва между тем, чего хотят работодатели, и тем, что может предложить рабочая сила будущего. При этом я обратила внимание на подводные камни и способы их избежать. Кроме того, моей целью было узнать, какие навыки, опыт и модели поведения предпочитают работодатели, чтобы помочь вам стать востребованным кандидатом. Ключевым моментом в этой работе было выявить те самые «промежуточные» аспекты и «общекультурные навыки». Они часто оказываются негласными, но очень важными факторами успеха на рабочем месте, или, как выразился один из недавних выпускников: «Любой работодатель мечтает увидеть в кандидате эти характеристики, но об этом вас никто не предупредит».

Поэтому я как профессиональный исследователь решила выделить и собрать в одном месте все, что хотелось бы работодателям, чтобы вы знали — как подготовиться к трудоустройству, получить работу и стать успешным специалистом на своем рабочем месте. Я не только узнавала мнение тех, кто управляет организациями, и тех, кто отвечает за наем работников, но и собирала информацию о том, что они ожидают увидеть в своих потенциальных сотрудниках. Я спрашивала профессионалов разного уровня и из разных сфер деятельности, какие советы они могли

бы дать и о каких подводных камнях они могли бы рассказать. Профессионалы с различным опытом — от недавних выпускников до руководителей организаций — раскрыли такие стратегии и советы, которые помогли им при построении собственной карьеры. Также они рассказали о том, что хотели бы узнать или сделать в свое время. Студенты на пороге выхода на рынок труда также поделились опытом и знаниями, которые они успели получить на данный момент. Все цитаты в книге представлены без указания полных имен авторов, чтобы вы могли быть уверены в максимальной честности отзывов и искренности рекомендаций.

## **Подход в стиле «К карьере готов»**

Каждый предлагаемый шаг в книге «К карьере готов» прост в исполнении: ни в одном из советов нет ничего сверхъестественного. Все они полагаются на здравый смысл, а начать их применять можно сразу же после прочтения. Темы, которые мы рассмотрим, помогут пройти весь путь от самого начала, когда вы еще во время учебы задумываетесь об отраслях, которые могли бы вас заинтересовать, до того момента, когда вы будете взвешивать все за и против имеющихся вариантов в первый год рабочей жизни. В книге «К карьере готов» вы узнаете, как:

*настроиться на успех:*

- что можно сделать еще во время учебы для создания сильного CV;
- что следует изучить, чтобы найти наиболее подходящие для вас варианты карьерного роста;
- как лучше всего описать опыт работы в своем CV и извлечь из этого максимальную выгоду;
- как оценить значимость получения дальнейшего образования для достижения своих карьерных целей;

*развить навыки, необходимые для подготовки к работе:*

- ключевые навыки сильного лидера и эффективной командной работы;
- основные коммуникативные навыки, необходимые на рабочем месте, и как их развить для достижения оптимального эффекта;
- какие навыки решения проблем пригодятся на рабочем месте, почему они нужны работодателям и как применять их на практике;
- как начать разбираться в своей целевой отрасли и быть в курсе ее развития по мере продвижения по карьерной лестнице;

*искать работу:*

- как организовать себя и учебный процесс, чтобы оптимизировать поиск работы;
- отношение и привычки, которые необходимо развить для того, чтобы стать эффективным специалистом;
- как использовать социальные сети, чтобы укрепить свои позиции в качестве соискателя;
- как правильно налаживать контакты и расширять круг знакомств, которые могли бы помочь при трудоустройстве;
- как развить навыки управления денежными средствами и привести в порядок свои финансы;

*подать заявление о приеме на работу:*

- как составить сильное и хорошо структурированное CV;
- какие составляющие должны присутствовать в мощном сопроводительном письме и как эффективнее всего заполнять бланки заявлений;
- как подготовиться к собеседованию и показать себя с лучшей стороны;

- чего ожидать от тестов в центре оценки профессиональных навыков, как к ним подготовиться и как показать себя с лучшей стороны;
- как планировать, создавать и проводить сильные презентации;
- как определиться, стоит ли принимать предложение о работе, а также как и когда договариваться о более выгодных условиях;

*начать работу:*

- о чем стоит подумать и как можно подготовиться к отличному началу работы;
- какие проблемы могут возникнуть в первый рабочий день и как с ними справиться;
- как создавать репутацию профессионала и налаживать позитивные отношения на рабочем месте;
- когда стоит задуматься о смене места работы и что нужно при этом учитывать.

## **Как пользоваться этой книгой**

Каждая глава этого руководства помогает понять, что вам понадобится на каждом этапе развития карьеры, а также расскажет о том, как осуществить необходимые действия на практике. В конце каждой главы есть небольшие упражнения, которые помогут проработать основные вопросы и поразмышлять над тем, как применить полученные знания в жизни. Во время чтения не забывайте, что, когда дело доходит до подготовки к выходу на работу, очень редко бывает так, чтобы существовал всего лишь один «правильный» способ решения задачи. Чаще всего их как минимум несколько. Вы сами принимаете все решения — от выбора формата вашего CV до списка вопросов, которые вы зададите на собеседовании. И от этого ваше путешествие становится уникальным. Здесь вы найдете

дорожную карту, которая поможет не заблудиться на этом извилистом пути.

Книгу «К карьере готов» можно читать в любом удобном для вас режиме. Можно прочитать ее от корки до корки или, наоборот, сосредоточиться только на актуальных для вас главах. Каким бы ни был ваш подход и что бы вы ни планировали на будущее — самое время приготовить к работе!

### **Пара слов о терминологии**

В книге мы часто используем слово «организация» как универсальный термин для обозначения любого рабочего места, будь то в сфере бизнеса, благотворительности, предоставления общедоступных или образовательных услуг. Слово «индустрия» используется для описания направления деятельности, оно взаимозаменяемо со словом «отрасль».

# **Часть 1**

## **Настроиться на успех**

---

**01. Составление CV**

**02. Планирование карьеры**

**03. Краткосрочные стажировки  
и производственная практика**

**04. Получение дополнительного  
образования**



**Д**ля составления CV необходимо выявить и усовершенствовать свои профессиональные навыки и найти дополнительные возможности для приобретения качеств, которые ценятся работодателями.

Никогда не рано составить сильное CV, и в этой главе мы рассмотрим, как оказаться на шаг впереди еще до этапа рассылки резюме. Мы проработаем 10 основных шагов, которые можно использовать на практике даже во время обучения. Вы увидите, как они закладывают основу для сильного CV. Если вы читаете эту книгу незадолго до выпускного и уже находитесь на этапе поиска работы, не волнуйтесь: вы еще многое успеете сделать, чтобы подправить свое CV. Пройдитесь по списку предложений по усилению своего досье. Это поможет выявить необходимые навыки и опыт и максимально эффективно представить свои достижения.

В главе 14 мы рассмотрим особенности составления и форматирования CV для того, чтобы в дальнейшем отправлять его работодателям. В этой главе мы сосредоточимся на том, как подготовить убедительный «материал» для создания сильного CV и что для этого понадобится.

В CV следует связать ваше образование и опыт с вашим будущим на рабочем месте, включая потенциальный карьерный рост. Поэтому, говоря об усилении CV, мы имеем в виду приобретение таких навыков и опыта, которые помогут добиться успеха, едва вы окажетесь в выбранной индустрии. Другими словами, составление CV — это не поверхностное занятие, целью которого является рассказать о себе. Его суть не просто в том, чтобы составить такой текст, благодаря которому ваше CV окажется на верши-

не стопки бумаг на столе работодателя. Сильное CV укрепит ваши позиции на рынке труда, а также подготовит к успешному трудоустройству.

## Составляем план CV: обзор

Давайте для начала представим, что у вас на горизонте появилась работа вашей мечты, а работодатель собирается рассмотреть ваше CV. Оно состоит из следующих основных элементов:

- образование и квалификация;
- опыт работы (включая оплачиваемый и неоплачиваемый, а также добровольную трудовую практику);
- рекомендательное письмо.

Скорее всего, вы также упомянете:

- умения;
- достижения;
- общественную деятельность / интересы.

С учетом всех этих категорий подумайте, что еще вы могли бы указать, чтобы стать достойным кандидатом на должность? В этой главе мы рассмотрим, что можно сделать, чтобы повысить шансы на трудоустройство. Таким образом, вам понадобится:

- создать сильный послужной список во время обучения;
- выжимать максимум из возможностей, которые предлагает ваше учебное заведение;
- искать, изучать и внедрять советы по развитию карьеры от специалистов по профориентации, преподавателей, лекторов и представителей индустрии;
- планировать и создавать возможности для получения опыта работы;
- распознавать и по максимуму использовать те навыки, которые можно приобрести благодаря работе в течение неполного рабочего дня или во время каникул и волонтерской деятельности.

Итак, давайте теперь рассмотрим, как расширить круг возможностей и повысить свои шансы на трудоустройство, применяя 10 простых шагов во время обучения.

### ***1. Набросайте план CV и относитесь к нему как к проекту, находящемуся на стадии разработки***

Скорее всего, у вас уже есть хотя бы базовое резюме, которое вы использовали, например, для того, чтобы устроиться на работу на неполный рабочий день или во время каникул. Если нет, тогда набросайте план своего первого CV, учитывая описанные выше категории. Рассматривайте CV как журнал достижений, навыков и опыта, включайте в него всю информацию, от оценок до внеклассных мероприятий, регулярно его пересматривайте и добавляйте что-то новое. Ключевой момент на этом этапе — просто записывать всю актуальную информацию, а не думать о том, как лучше ее подать и что не стоит указывать. Когда дело дойдет до совершенствования CV, вы сможете выбрать данные, которые можно в него включить, а затем сосредоточиться на редактуре. Добавляя новые категории в свое CV по мере получения образования, вы не только не забудете включить в него всю потенциально значимую информацию, но и сформируете образ мышления, ориентированный на работу, — выстраивая связь между тем, что вы делаете сейчас, и вашими будущими карьерными возможностями.

### ***2. Подходите к учебе профессионально***

Не ждите момента, когда вы окажетесь на рабочем месте. Начните обдумывать и внедрять профессиональные привычки и модели поведения прямо сейчас. Это хорошая практика на будущее, и вы сразу же начнете пожинать ее плоды.

- **Относитесь ко всем своим обязательствам серьезно.** Посещение всех лекций и занятий даже