**Советы соискателям во время поиска работы!**

Как не стать пессимистом во время поиска работы**.**

Всегда надо помнить: тот факт, что вы пока не нашли работу, не делает вас неудачником! И даже если очень хочется себя пожалеть, пресекайте это желание на корню — работодатели не любят «несчастненьких с потухшими глазами». Старайтесь оставаться оптимистом в любой ситуации, а наши советы помогут вам в этом.

Верить в себя, ставить реальные цели и планировать!

В первую очередь вы должны определить для себя, какую работу планируете найти. «Хоть какую-нибудь» — не считается. Не стоит себя недооценивать. Как, впрочем, и переоценивать. Поставьте перед собой реальную цель, исходя из имеющегося багажа знаний и умений. Это может быть должность, аналогичная той, что вы занимали на прошлой работе, или более высокая.

Создайте файл и распишите в нем, какие усилия вам потребуется приложить, чтобы достичь этой цели (буквально:

- просмотреть на портале «Работа в России» ([www.trudvsem.ru](http://www.trudvsem.ru)). вакансии, чтобы понять, что ожидают от кандидатов работодатели;

- изучить резюме других соискателей и выяснить: что будут предлагать ваши конкуренты при трудоустройстве;

-привести в порядок свое резюме, исходя из полученной информации, зарегистрироваться на портале «Работа в России», поместить резюме и заодно посмотреть подходящие вакансии. Все услуги портала «Работа в России» предоставляются бесплатно;

- возможно, записаться на тренинг или курсы повышения квалификации и т.д.).

И когда по мере воплощения в жизнь каждого из зафиксированных пунктов ваш список будет становиться все короче и короче, времени на плохое настроение просто не останется — всегда приятно видеть плоды своих трудов.

Не сидите дома!

Отсутствие работы — еще не причина сделаться затворником, избегать дружеских посиделок и прогулок, предпочитая им плотный мониторинг сайтов. Не отказывайте себе в удовольствии провести время с друзьями, поддержка друзей еще никому не помешала, кроме того, всегда приятно и полезно обсудить некоторые вопросы с людьми, которые тебя хорошо знают и, что называется, плохого не посоветуют.

Поднимаем настроение!

И, конечно, ничто так не поднимает настроение, как… приключения! А почему бы не испытать себя и не решиться на прыжок с парашютом (пусть, для начала, в тандеме с инструктором)?!

А потом, когда еще будут свежи эмоции («Я смог!», «Я не боюсь»!), спросите себя: неужели после всего того, что вы пережили, победив свои страхи, сложности поиска работы смогут вас напугать?!

Подробную информацию на ваши вопросы Вы можете получить в КУ «Нефтеюганский центр занятости населения» по адресу: г. Нефтеюганск, 2 мкр, 24 дом (здание ВБРР, вход со двора), отдел трудоустройства, каб. 105, 101, телефон для справок: 8(3463)290389, 221560, 224707.