**Как сделать поиск работы наиболее комфортным**

Неважно какие стечения обстоятельств привели вас к надобности найти работу или сменить существующую, важно сделать это с минимальными потерями. Оградить себя от психологического стресса и материальных потерь – значимая насущная задача.

Решение можно найти с помощью планирования своих действий, а также используя психологическое тестирование (например, дифференциально-диагностический опросник Е.А. Климова и т.п.) что поможет сделать правильный выбор, определить род деятельности, наиболее подходящий к вашим желаниям и возможностям.

Следующий шаг, приступайте к поиску свободных рабочих мест, используйте любые информационные площадки: сайты, газеты, доски объявлений, опрос родственников и знакомых.

Воспользуйтесь для поиска работы ресурсами:

<https://armavir.hh.ru/?hhtmFrom=account_login>

<https://trudvsem.ru/>

<https://kubzan.ru/>

Многообразие информационных сайтов о наличии рабочих мест и услуги по подбору персонала сократят до минимума время подбора вакансии. Не нужно бояться результатов, пусть даже они будут не соответствовать ожиданиям. Отказ – это только начало для следующего шага. Не торопитесь, взвесьте все за и против, сделайте выбор и действуйте.

**Как вести себя на новой работе**

Сложность в общении при поступлении на работу возникает не всегда и не везде. Это зависит от микроклимата малой группы коллектива  
и личных качеств каждого (характер, коммуникабельность, тактичность). Необязательно то, что вас встретят в новом коллективе нелюбезно, но, чтобы быть готовым  
к любому исходу событий возьмите на вооружение советы психолога:

1. в день собеседования обратите внимания на внешние характеристики коллектива (возрастная группа, манера одеваться, форма коммуникаций);
2. собираясь на работу в первый рабочий день обязательно используйте полученные вами знания о коллективе (одежда, поведение, манера говорить), попытайтесь свой образ и внешний вид привести в соответствии с данной ситуацией;
3. постарайтесь внимательно слушать коллегу (это оставит о вас хорошее впечатление и поможет в дальнейшем общении);
4. говорите немного и по делу (в начале трудовой деятельности закладывается основа статуса, вновь поступающего на работу, поэтому, если что-то не знаете, неуверены в ответе лучше промолчать или спросить);
5. установить быстрый контакт, поможет простое действие, например, обращение с несложным вопросом к сослуживцам (человеческая природа такова, что испытывает удовольствие от осознания того, что может быть полезна), но пусть просьбы будут простыми, невызывающими затруднения, быстро исполнимыми;
6. умение тактично поддержать беседу, добавит очередной плюсик к вашему образу;
7. при любой напряжённой обстановке не кидайтесь в крайность, конфликтную ситуацию можно ликвидировать в зародыше, не доводя до открытой формы противостояния, нужен просто открытый диалог и решение проблемы совместными усилиями;

Бытующее мнение, что встречают по одёжке актуально и сегодня, но не менее важно насколько правильным и тактичным будет ваше поведение.

Пример того, чего не нужно делать: наносить яркий макияж, использовать вызывающий стиль в одежде, применять грубую, дерзкую манеру поведения.

Сложность житейских ситуаций, как фактор, стимулирующий активные действия, способен изменить психологическое состояние человека. Способность делать правильные выводы, принимать верные решения, это  
те качества, которые помогают минимизировать проблему и избежать стресса. Нужно изменить взгляд на проблему, и она станет просто очередным действом  
на вашем жизненном пути.

Поиск работы осуществить нетрудно, составить себе план действий, сформировать запрос по статусу и определиться с приоритетами в профессии. Поставить цель  
и идти к ней. Уверенный в себе человек добивается лучших результатов. Правильная тактика в поведении – ключ к взаимопониманию в  
общении как на стадии получении данных о наличии вакансии, так и на всех этапах трудовой деятельности.

Советы психолога позволят вам рационально приступить к поиску работы, максимально безболезненно сменить её, или вписаться в новый коллектив, не испытывая психологического стресса и дискомфорта от новой обстановки и ситуации.

Эффективное деловое и личностное общение является жизненно необходимым в экономических законах рынка, делает человека конкурентно способным на рынке труда. Предупреждён, значит вооружён. Успехов в ваших начинаниях!

Подготовлено по материалам сайта <https://help--point-net.turbopages.org/help-point.net/s/articles/rekomendatsii-i-sovety-psikhologa-po-poisku-i-smene-raboty/>