အလုပ်ရှာဖွေရေး - ၁

အလုပ်ရှာရာဝယ်

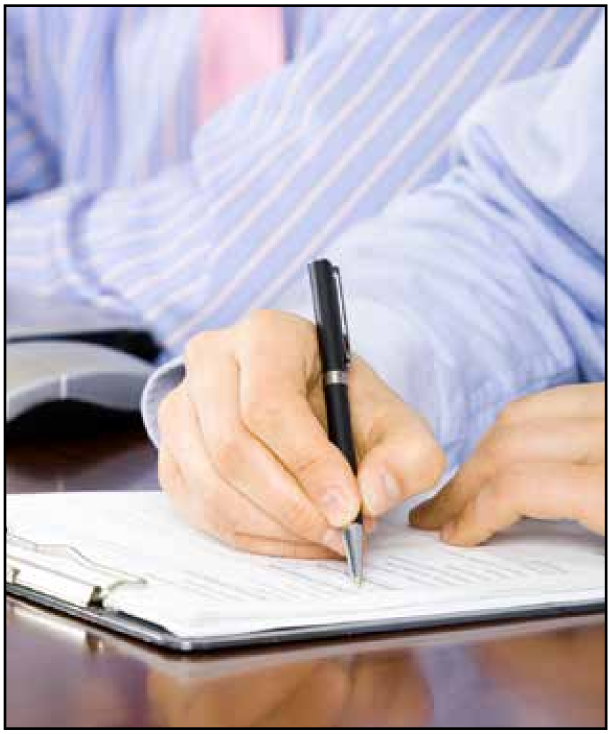
မာတိကာ

လျှောက်လွှာဆိုင်ရာ သိမှတ်ဖွယ်ရာ
ဝတ်စားဆင်ယင်မှု သတိပြု
သင့်တင့်လျှောက်ပတ်စွာ ဝတ်စားထားပုံ
အလုပ်သမားအလိုရှိသည့်စာရင်းတင်ရာဌာနများ

FUTURES THROUGH TRAINING

UTAH FARMWORKER PROGRAM

အလုပ်ရှာရာဝယ် လျှောက်လွှာဆိုင်ရာ သိမှတ်ဖွယ်ရာ



သင့်လျှောက်လွှာအရ သင့်ကို အကဲဖြတ်ကြလိမ့်မည်။ သင့်လျှောက်လွှာက အထင်သေးစရာဖြစ်နေလျှင် အလုပ်ရဖို့ ဝေးစွ၊ လူတွေ့စစ်မေးရန် အခွင့်အလမ်းပင် ရမည်မဟုတ်ချေ။

လျှောက်လွှာကိုဖြည့်ရာတွင် အောက်ပါစည်းကမ်းတို့ကို လိုက်နာပါ။

၁။ လျှောက်လွှာတစ်ခုလုံးကို ဖြည့်သွင်းရာတွင် အပြာ သို့မဟုတ် အနက်မင်ရောင်ဖြင့် တသမတ်တည်း သုံးပါ။

၂။ လျှောက်လွှာ(ပုံစံ)ကို ပြည့်စုံအောင်ဖြည့်ပါ။ ဆိုလိုသည်မှာ သင့်ယခင်အလုပ်ရှင် အားလုံးကို ဖော်ပြပါ၊ သင်ကျွမ်းကျင်သည့်အရာအားလုံး ထည့်သွင်းပါ၊ အမှန်၊ အမှားပြုရသည့် လေးထောင့်ကွက် အားလုံး၌ အမှတ်အသားပြုပါ၊ အဖြေရေးသွင်းရမည့် ကွက်လပ်အားလုံးတွင် တစ်ခုခုရေးသွင်းပါ။ သင်နှင့် သက်ဆိုင်ခြင်းမရှိသည့် မေးခွန်း၌ပင် "မသက်ဆိုင်" ဟု အဓိပ္ပာယ်ရသည့် "N/A" ကိုဖြစ်စေ ရေးသွင်းပါ။ ကွက်လပ်များ ကျန်နေခြင်းက စလုပ်သည့်အလုပ်ကို ဆုံးခန်းတိုင်အောင် မလုပ်ဟု ထင်မြင်သွားနိုင်သည်။

၃။ အမှားရေးမိလျှင် ကြက်ခြေခတ်ခြင်း၊ ခြစ်ပစ်ခြင်းမလုပ်ပါနှင့်။ လျှောက်လွှာပုံစံအသစ်ဖြည့်ပါ။ လျှောက်လွှာတွင် ခြစ်ရာများကြောင့် သင်သည်ပေါ့ပေါ့ဆဆနှင့် အမှားအယွင်းများပြီး သေသပ်မှုမရှိသည့် အလုပ်သမားတစ်ဦးဟု အထင်ရောက်စေသည်။

၄။ မိမိကိုထောက်ခံမည့်သူနေရာတွင် ဆွေမျိုးမတော်စပ်သည့် အနည်းဆုံး ပုဂ္ဂိုလ်သုံးဦးတို့၏ အမည်၊ လိပ်စာနှင့် ဖုန်းနံပါတ်များကို ရေးမှတ်ထားပါ။ လျှောက်လွှာပုံစံအများစုတွင် ယင်းအချက်အလက်များ ရေးသွင်းရန် ကွက်လပ်ပါတတ်၍ ဤသို့ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ။ လျှောက်လွှာအများစုတွင် ထောက်ခံချက် ပေးမည့်သူအဖြစ် မိသားစုဝင်များအမည် မဖော်ပြရန် အတိအကျသတ်မှတ်ထားလေ့ရှိသည်။ သင်က မိသားစုဝင်များစာရင်းပေးခဲ့သော် ညွှန်ကြားချက်လိုက်နာမှု မရှိသူအဖြစ် အလုပ်ရှင်က မခန့်အပ်ဘဲ ထားတတ်သည်။ ယင်းကွက်လပ်ကို ဖြည့်သွင်းခြင်း မရှိလျှင်ဖြစ်စေ၊ "N/A" ရေးသွင်းလျှင်ဖြစ်စေ အလုပ်ရှင် အများစုက ထောက်ခံပေးမည့်သူတို့နှင့် ဆက်သွယ်လိုကြသည်ဖြစ်၍ ဤကဲ့သို့တွေ့ရလျှင် အလုပ်မပေးလို ကြပေ။ သင့်ကိုထောက်ခံပေးမည့် သူတို့က သင်နှင့်သင့်အလုပ်ကို တန်ဖိုးထားအောင်နေပြလုပ်ပြပါ။ သူတို့ ပေးမည့်ထောက်ခံချက်က သင်အလုပ်ရရေး၊ မရရေးကို အဆုံးအဖြတ်ပေးလိမ့်မည်။

၅။ သင့်တွင် ပညာအရည်အချင်းနှင့် အလုပ်အတွေ့အကြုံမှတ်တမ်းအကျဉ်းရှိက လျှောက်လွှာဖြင့် ပူးတွဲပေးပို့ပါ။

၆။ လျှောက်လွှာတင်သွင်းရန် သွားသည့်အခါ သင့်သက်မွေးပညာရပ်နှင့် အများဆုံးထင်ဟပ်အောင် ဝတ်စားသွား၍ ဖော်ရွေစွာပြုံးပြီး ဘယ်အချိန်လောက် လူတွေ့စစ်မေးမည့်ခန့်မှန်းနိုင်သည်ကိုမေး၍ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ကျေးဇူးတင်ကြောင်းပြောပါ။ သင်လျှောက်လွှာပေးအပ်သည့်အခါ အပြုသဘောဆန်ဆန် ယုံကြည်မှုအပြည့်ရှိကြောင်း၊ ဖော်ရွေတတ်ကြောင်းနှင့် ပညာရှင်ပီသသည့်သဘောပြလိုက်ပါ။ ဤသို့ဖြင့် တစ်ဖက်သားက ချက်ချင်းပင် သင့်ကိုအလုပ်ခန့်ချင်အောင်၊ အနည်းဆုံးအလုပ်လျှောက်လွှာများကို စစ်ဆေးရာမှာ လူတွေ့ချိန်းသည့်အခါ သင့်ကို အမှတ်ရမိပါစေ။

> အလုပ်အကိုင်ရှာဖွေရာတွင် -
> တစ်ဦးတစ်ယောက်ကို ဘယ်တော့မျှ
> အဖော်ခေါ်မသွားပါနှင့်။

အလုပ်အကိုင်ရှာရာတွင် ဝတ်စားဆင်ယင်မှု သတိပြု

သင့်ရုပ်သွင်ပေါ်မူတည်၍ လူအများက သင့်ကိုအကဲဖြတ်ကြလိမ့်မည်။ သင့်ဝတ်ပုံစားပုံ မွဲတေနံ့ချာလျှင် အလုပ်သမားကောင်း တစ်ယောက် မဟုတ်နိုင်ဟု အများကထင်မှတ်ကြလိမ့်မည်။ သင့်တင့် လျှောက်ပတ်စွာ ဝတ်စားဆင်ယင်လာလျှင် တော်ကောင်းတော်ပေမည်ဟု သံသယအကျိုးကို သင်ခံစားခွင့် ပေးလိုကြပေမည်။

အလုပ်လျှောက်ရာတွင် သို့မဟုတ် လူတွေ့စစ်မေးမှုအတွက် သွားသည့်အခါ အောက်ပါလိုက်နာရန်အချက် တို့ကို

၁။ အလုပ်အကိုင်ရှာဖွေရေးကိစ္စတိုင်းတွင် ဝတ်ကောင်းစားလှ ဝတ်ဆင်ပါ။ သင်အလုပ်လျှောက်လွှာသွားတင်ရာ၌ လက်ခံသူမှအစ လူတွေ့စစ်မေးသည်အထိ သင့်ကိုအကဲဖြတ်နေကြလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် အနာဂတ်တွင် သင့်အလုပ်ရှင် ဖြစ်နိုင်သူနှင့်တွေ့သည့်အခါတိုင်း သူ့အမြင်တွင် သင့်ကို သူ၏လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်အဖြစ် ရှုမြင်ဖို့လိုသည်။ယောကျ်ားများအတွက် လည်စည်း (နက်တိုင်) ပါမှ သင့်တော်မည်။ အမျိုးသမီးများအတွက် အလုပ်အကိုင် ခန့်ထားရန် ရှိ၊ မရှိ သွားရောက် စုံစမ်းသည့်အခါမျိုး၌ပင် စကတ်ဝတ်သွားလျှင် ပိုပြီးသင့်မည်။

၂။ ဝတ်စားဆင်ယင်မှု အရေးပါသကဲ့သို့ ပင်ကိုယ်ခန္ဓာသွင်ပြင်ကလည်း အရေးကြီးသည်။ အဖိုးတန် ဝတ်ကောင်းစားလှ ကြော့မော့အောင် ဆင်မြန်းထားလည်း ကိုယ်ခန္ဓာက ညစ်ပတ်နေပြီး၊ ဆံပင်ကလည်း ဖရိုဖရဲနှင့် နံစော်နေလျှင် သင့်ကိုအလုပ်ပေးဖို့ ထည့်စဉ်းစားမည် မဟုတ်ပေ။ အမြဲရေချိုး၊ ခေါင်းလျှော်၊ တစ်ကိုယ်လုံးသန့်စင်ပြီး မုတ်ဆိတ်ရိတ်၊ အနံ့အသက်ပျောက်ဆေးသုံးပါ။ ဆံပင်ကိုလည်း အလုပ်ရှာရာ၊ အလုပ်ဆင်းရာသို့မသွားမီ ဖြီးပါ။

၃။ သင့်ရလိုသည့်အလုပ်နှင့် လိုက်ဖက်အောင်ဝတ်ပါ၊ လက်ရှိအလုပ်ဆင်းသည့်ပုံမျိုး မဖြစ်သင့်။ လုပ်ငန်းအလိုက် ပညာရှင်များ ဝတ်စားဆင်ယင်ပုံကို အချိန်အနည်းငယ်ယူပြီး ရုပ်သံမြင်ကွင်းကို လေ့လာပါ။ သူတို့ဘယ်လို အဝတ်အစားမျိုးဝတ်ပြီး ဆံပင်ပုံစံဘယ်လိုထားသလဲ၊ လုပ်လိုတဲ့အလုပ်မှာ ဘယ်လိုအဝတ်အစားမျိုးနှင့်သင့်မည်နည်း။ ဘဝမှာ အောင်မြင်နေပုံရသူတို့ကို လေ့လာပြီး သူတို့လို ဝတ်ဆင်ပါ။

၄။ မှန်ရှေ့ရပ်ပြီး ကိုယ့်ဘာသာမေးကြည့်ပါ။ "မှန်သားပြင်က ရုပ်ရည်မျိုး ငါသာဆိုရင် အလုပ်ခန့်မလားလို့ မေးပါ။" သင်ဘယ်ပဲသွားသွား သေသေချာချာ မှန်ထဲကြည့်ပြီး ကိုယ့်ဘာသာ မေးခွန်းထုတ်ပါ။ သင်လုပ်လိုတဲ့အလုပ်အတွက် အသင့်ဆုံး ရုပ်ရည်မဟုတ်ဘူးလို့မြင်ရင် ဆံပင်ပုံစံ၊ မိတ်ကပ်တို့ကို ပြောင်းပစ်လိုက်ပါ။ ရိတ်သင့်တဲ့ အမွေးအမှင်တွေရိတ်ပြီး သန့်ရှင်းသစ်လွင်တဲ့ ဝတ်ကောင်းစားလှဝတ်ပြီး လိုအပ်နေတာတွေ ပြုပြင်လိုက်ပါ။ အလုပ်ရှာမထွက်မီ ပြင်ဆင်မွမ်းမံပြီးဖြစ်ပါစေ။

၅။ သင့်ရုပ်ရည်ရူပကာတွင် အရေးကြီးဆုံးမှာ အပြုံးပင်ဖြစ်၍ အမြဲသာဆောင်ပါလေ။

အလုပ်ရှာထွက်ရာတွင် သင့်တင့်လျှောက်ပတ်စွာ ဝတ်စားထားပုံ

သင်အလုပ်ရှာထွက်ရာတွင် အလုပ်ရှင်များက သင့်ကိုဆက်ဆံပုံမှာ သင်ဝတ်စားပုံပေါ် မူတည်နေလိမ့်မည်။ သင်ဝတ်နေကျပုံစံ မဟုတ်သဖြင့် ရှိုးတိုးရှန့်တန့်ဖြစ်နေသည့်တိုင် စိုက်ပျိုးရေးကဏ္ဍမှလွဲ၍ အလုပ်ရှင် အများက ဤသို့သော ဝတ်စားဆင်ယင်မှုမျိုးကို မျက်စိယဉ်နေ၍ မျှော်လင့်ထားမည်ဖြစ်ရာ သင်လုပ်ရမည့် အဆင့်နှင့်လျော်ညီအောင် ဝတ်စားရန် အမှန်တကယ်ပင် လိုအပ်သည်။ သင်ကလျော်ညီအောင် ဝတ်စားရန် ဝတ်စားရန် ဝန်လေးနေလျှင် အလုပ်ရှင်အများစုကလည်း သူတို့ကုမ္ပဏီတွင် အလုပ်လုပ်ခွင့် ပေးရန် လက်ရွံ့ကောင်း ရွံ့ကြပေလိမ့်မည်။

သင်အလုပ်ရှာထွက်သည့်အခါ ဝတ်ဆင်သင့်သော ပုံစံမျိုးများ

အလုပ်ရှာစဉ် အလုပ်သမားအလိုရှိသည့်စာရင်းတင်ရာဌာနများ

အလုပ်ရှာသည့်အခါ ဝင်ကြည့်နိုင်သော နေရာအများရှိသည်။ နေရာဌာနအမျိုးစုံ၌ နည်းမျိုးစုံတိုး၍ရှာပါ။ သာဓကအချို့ကိုပြရလျှင်-

ပုံနှိပ်စာနယ်ဇင်း
- တနင်္လာနံနက်တိုင်းထုတ်ဝေသည့် အပတ်စဉ် အလုပ်သမားအလိုရှိသည့်စာရင်း - Futures Through Training
- Standard Examiner
- Box Elder News Journal
- Salt Lake Tribune
- Logan Herald
- Provo Herald
- ဒေသခံသတင်းစာ တစ်စောင်စောင် နောက်နေ့သွားကြည့်ပါ၊
- သင်အပြင်ထွက်သည့်အခါတိုင်း စတိုးဆိုင်၊ ဓာတ်ဆီဆိုင် အရောင်းစာရေးများထံမှ အလုပ်ရနိုင်မည့်သတင်း မေးကြည့်ပါ။

အွန်လိုင်း
- statejobs.utah.gov
- www.utahjobfinder.com
- jobs.utah.gov - Job Seeker အောက်မှ “Electronic Job Board” ကို ဝင်ရန်။
- www.ihc.com/jobs/index.jsp - “Search & Apply for Jobs” ကို ဝင်ကြည့်ပါ။

လူကိုယ်တိုင
- Workforce ဝန်ဆောင်မှု ဌာန
- Job Searching Day - ဒေသခံအလုပ်ရှင်များ အားလုံးထံသွားပြီးလျှောက်လွှာ

လမ်းညွှန်များ
- အလုပ်ခန့်သည့်သတင်းကို မိသားစုဝင်များ၊ မိတ်ဆွေများထံမှယူပြီး နေ့ချင်း သို့မဟုတ် နောက်နေ့သွားကြည့်ပါ၊
- သင်အပြင်ထွက်သည့်အခါတိုင်း စတိုးဆိုင်၊ ဓာတ်ဆီဆိုင် အရောင်းစာရေးများထံမှ အလုပ်ရနိုင်မည့်သတင်း မေးကြည့်ပါ။