

**АЛЁНА  
ВЛАДИМИРСКАЯ**

**В РЕКРУТИНГЕ И HR  
БОЛЕЕ 15 ЛЕТ**



**АЛЁНА  
ВЛАДИМИРСКАЯ**

| В РЕКРУТИНГЕ И HR  
БОЛЕЕ 15 ЛЕТ

# АНТИ РАБСТВО

**НАЙДИ СВОЕ  
ПРИЗВАНИЕ**



МОСКВА  
2019

УДК 159.99  
ББК 88.5  
В57

Художественное оформление — *Сергей Власов*  
Макет — *Олег Лёвкин*  
Руководитель проекта — *Анна Веселко*  
Литературный редактор — *Татьяна Дегтярёва*

**Владимирская, Алёна.**  
В57 Антирабство. Найди свое призвание / Алёна Владимирская. — Москва : Эксмо, 2019. — 240 с.

ISBN 978-5-04-102508-3

Книга, написанная главным рекрутером страны, раскрывает все секреты HR-индустрии. Что эйчары оценивают в кандидатах прежде всего, как не провалить интервью и поднять себе цену уже на собеседовании, как найти работу за границей, как без потерь выйти из конфликта с начальником, что делать, если вас пытаются «подсидеть», стоит ли судиться с работодателем, если он не платит, как найти работу после декрета и что делать пенсионерам, как помочь подростку определиться с будущей профессией, с чего начать, если вы хотите сменить профессию и вообще заняться чем-то другим...

Во всех этих ситуациях вы посмотрите на себя глазами эйчара — и кадровые вопросы перестанут быть для вас неразрешимыми. В каждой главе этой книги вы найдете не только развернутый ответ специалиста, но и конкретный пример из практики. Все это кто-то уже проходил до вас, и лучшее, что вы можете сделать, — это учиться на этих кейсах!

Автор работает в рекрутинге и HR более 15 лет и за это время помогла уже тысячам людей обрести не просто работу, а работу, приносящую радость.

А вы довольны своей работой?

**УДК 159.99**  
**ББК 88.5**

ISBN 978-5-04-102508-3

© Владимирская А., 2019  
© Оформление. ООО «Издательство  
«Эксмо», 2019

Предисловие . . . . .	7
<b>СТАРТ КАРЬЕРЫ</b> . . . . .	11
Отцы и дети: современная интерпретация, или Как помочь ребенку в выборе профессии . . . . .	13
Хороший диплом — это только полдела, или Что нужно знать, устраиваясь на свою первую работу . . . . .	26
<b>ПОИСК РАБОТЫ И СОБЕСЕДОВАНИЕ</b> . . . . .	33
Поиск работы — это тоже работа, или Как выбрать нужную вам компанию . . . . .	35
Лучшие способы завалить собеседование, или Чего не стоит говорить рекрутерам . . . . .	38
На работу за два дня, или Как научиться контролировать себя на собеседовании . . . . .	44
Докажите свою компетентность, или Как устроиться на работу после декрета . . . . .	47
Главное — договариваться на берегу, или Как работодатель может вас обмануть . . . . .	50
<b>ВОЗРАСТ</b> . . . . .	59
Безнадежных ситуаций не бывает, или Как найти работу, если у вас нет опыта и вам за 40 . . . . .	61
Рецепт успешной карьеры после 35, или Как преодолеть карьерный кризис . . . . .	68
Научите родителей искать работу, или Что делать пенсионерам . . . . .	76
<b>ОТНОШЕНИЯ В КОЛЛЕКТИВЕ</b> . . . . .	93
Терпеть или не терпеть — вот в чём вопрос, или Что делать, если ваш начальник тиран . . . . .	95
Конфликты на работе, или Как вас могут выживать из компании . . . . .	103
Служебный роман, или Как поддаться чувствам, но сохранить работу . . . . .	112
Когда начальник — дурак, или Что делать, если вы умнее своего руководителя . . . . .	118
<b>ДЕНЬГИ</b> . . . . .	125
Торгуйся! или Как торговаться о зарплате на собеседовании . . . . .	127
Карьерный шантаж, или Как «подсидеть» своего начальника . . . . .	132
Выиграть в суде, но проиграть в карьере, или Стоит ли подавать иск на работодателя . . . . .	141

<b>КРИЗИС</b> . . . . .	145
Все боятся кризиса, или Как не впасть в меланхолию, когда на дворе кризис . . . . .	147
Долларовая ипотека — не повод поднимать вам зарплату, или Кто может просить повышения в кризис . . . . .	152
<b>УВОЛЬНЕНИЕ</b> . . . . .	157
Синдром сбитого лётчика, или Что делать, если вас «попросили» . . . . .	159
Самые распространенные сценарии увольнения, или За что теряют работу сегодня . . . . .	164
5 признаков того, что вас скоро уволят, или Как распознать опасность . . . . .	171
Уходите красиво, или Чего нельзя делать при смене работы . . . . .	177
<b>ПЕРЕПРОФИЛИРОВАНИЕ И СМЕНА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b> . . . . .	181
Стресс, тоска, страх, или Как обрести свободу и начать жить . . . . .	183
Хватит быть бухгалтером, или Как не бояться идти к мечте . . . . .	187
«Найдите мне любую работу за 200 тысяч», или Как уйти из бизнеса в найм . . . . .	195
Без резких движений, или Как уходить на новое место постепенно . . . . .	201
<b>РАБОТА ЗА ГРАНИЦЕЙ</b> . . . . .	207
Где родился, там не пригодился, или Куда уехать работать и кто востребован в мире . . . . .	209
Стэп бай стэп, или Как найти работу за границей . . . . .	213
<b>ПЕРСПЕКТИВЫ И ТРЕНДЫ</b> . . . . .	223
Специальное образование и высокая квалификация, или На что делать ставки в ближайшее время . . . . .	225
Время топ-менеджеров, или Чего хотят сегодняшние руководители . . . . .	231
<b>Закключение</b> . . . . .	238

**Н**аверное, это неприятно осознавать, но для рекрутеров люди — как тортики. Здесь так же важны оригинальность, личные предпочтения и... упаковка.

Очевидно, что у кандидата, который плохо себя продаёт, меньше шансов быть понятым, услышанным, по достоинству оцененным. И это не делает рекрутеров ни хуже, ни лучше. Это просто факт. Против него можно протестовать, а можно просто принять его и превратить в преимущество.

«Как же так, — часто возмущаетесь вы, — в наш век толерантности и профессионализма вы честно признаётесь в том, что важен не только профессионализм, но и то, как я сам себя продаю?» Да, отвечаю я. Либо станьте экспертом того уровня, на котором уже не нужно продавать себя (хотя это иллюзия, тот же Котлер — мастер самопрезентации, но и ему приходится это делать), либо вы всегда будете получать недостаточно хорошие для вас предложения. Такова жизнь.

Итак. Эта книга о том, как правильно продавать себя.

- Как устраиваться на работу, если на работу не берут.
- Как торговаться о зарплате, если вам сложно просить деньги.

- Как проходить собеседование, если вы не умеете рассказывать о себе.
- Как найти работу своей мечты, если все осточертело.
- Как найти первую работу, если всем нужны сотрудники с опытом.

Я пишу эту книгу, опираясь на свой более чем десятилетний опыт рекрутера. В её основе — более тысячи историй проекта «Антирабство», который мы с командой затеяли некоторое время назад.

Что такое «Антирабство»? Это проект, который учит тому, как найти работу своей мечты, как выстроить честные отношения с работодателем, и помогает решить любые карьерные вопросы. Самые сложные, самые запутанные ситуации. Мы задумали его в разгар очередного кризиса, когда многие мои знакомые остались без работы и стали спрашивать о том, что же им делать. И тогда мы придумали «Антирабство», чтобы помочь каждому, у кого есть подобные проблемы.

Спустя два года существования проекта, когда уже более тысячи слушателей прошли наши курсы, когда счет спасённых карьер пошел на сотни (не все приходили к нам за срочным поиском работы — многие хотели определиться с долгосрочными целями, получить повышение — и в этом мы тоже помогали. Но об этом чуть позже.), я поняла — мы можем рассказать об основных сложностях трудоустройства в этой книге, **ЧТОБЫ ЭТО ПЕРЕСТАЛО БЫТЬ ДЛЯ ВАС СЛОЖНЫМ.**

Итак, если вы ищете работу, испытываете трудности в коллективе или не смогли найти общий язык с начальством, хотите уволиться или вообще подумываете о смене сферы деятельности, читайте!

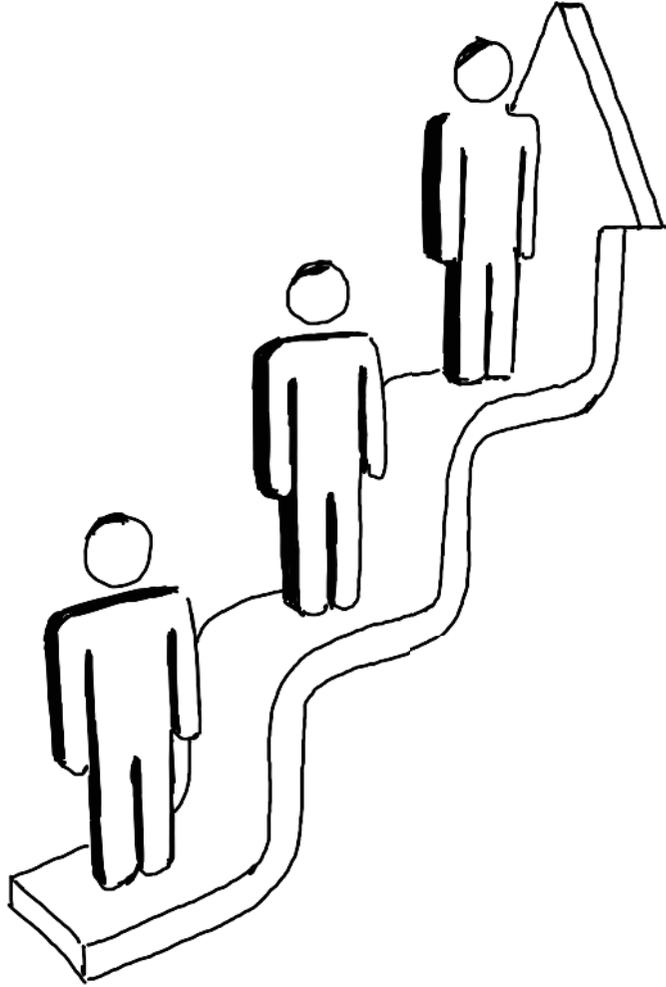
Вся книга по своей структуре проста: есть несколько больших разделов — про начало карьеры, поиск работы и собеседование, возраст, отношения в коллективе и т.д. В каждом из них — несколько тематических глав, в которых вы найдёте дельные советы и конкретные рекомендации, здесь же на реальных примерах рассмотрим сложные случаи. Со всеми этими случаями мы сталкивались в «Антирабстве» — и неизменно находили из них выход.

Все истории, которые я рассказываю в этой книге, мои любимые, как бы странно это ни звучало. И хотя «самых любимых» не должно быть много, специфика моей работы такова, что, только принимая каждую ситуацию близко к сердцу, я могу реально помочь людям. А то, что было пропущено через себя, невозможно не любить, как и невозможно этим не гордиться. И я горжусь — каждым успехом, как лично своим, так и успехом команды.

В ответ на эти истории я часто слышу «Ой, это же прямо про меня написано». С одной стороны, грустно понимать, что так много людей оказываются в схожих и действительно сложных ситуациях. С другой стороны, мне радостно — потому что, глядя на эти истории, вы понимаете, что безвыходных ситуаций не бывает и поменять можно всё что угодно.

Конечно, каждый случай — уникален. И если вам кажется, что ваша история сложнее, чем описанные здесь, или просто иная, приходите учиться в «Антирабство», мы — больше, чем разговоры о карьере, и мы действительно помогаем.

Удачи!



# Старт карьеры

---

Отцы и дети: современная интерпретация,  
или Как помочь ребенку  
в выборе профессии

Хороший диплом — это только полдела,  
или Что нужно знать,  
устраиваясь на свою первую работу



## Отцы и дети: современная интерпретация, или Как помочь ребёнку в выборе профессии

**М**ногие считают, что карьера начинается с первого места работы или первой стажировки по профилю, но на самом деле это не так. Она начинается гораздо раньше — с выбора профессии и университета ещё в подростковом возрасте (хотя, конечно, этот выбор и не всегда определяет направление в карьере. Мы уже привыкли видеть людей с юридическим образованием, занимающихся продажами, педагогов-филологов — пиаром и маркетингом и т.д. Но всё же это не норма).

К сожалению, современные родители не могут помочь ребёнку сделать правильный карьерный выбор. Да, осознавать это неприятно, но это правда — старшее поколение ориентируется на инструменты выбора профессий, которые достались в наследство из прошлого. Давайте поговорим о том, как перестать наступать на одни и те же грабли и тянуть родительские ошибки из поколения в поколение, загоняя собственных детей в безработицу.

---

По статистике, 8 из 10 детей поступают не в те вузы и получают не те профессии.

---

Кругозор родителей ограничен профессиями прошлого, а возможность дать хороший, стоящий совет относительно будущей профессии зачастую ограничена ошибками собственного восприятия. Что в итоге? Печальная статистика — 8 из 10 детей поступают не в те вузы и получают не те профессии. Не желая детям зла, родители тем не менее планомерно совершают одни и те же ошибки (нередко те же самые, которые совершали их собственные родители и родители родителей...). Какие? Давайте разберёмся, а заодно подумаем, как их избежать.

### **Ошибка № 1. Настаивать на своём выборе профессии для ребёнка**

Конечно, очень неприятно, когда наше мнение не учитывается: мы хотим вообще другого, а нас настойчиво заставляют принять чью-то позицию как единственно верную. Мы, взрослые, очень этого не любим. Но при этом считаем, что так себя вести по отношению к собственным детям — нормально и даже правильно. В конце концов, нам же виднее, у нас — опыт!

\* \* \*

У меня есть дочь. Отличная дочь, которая тоже когда-то заканчивала школу и тоже не знала, куда идти учиться. Но как же: я — эйчар, бабушка — педагог, папа — журналист. Всеми силами и репетиторами мы загнали её в МГУ на фи-

логический. Дочка покорно ходила в институт, а потом завалила сессию.

С депрессией слегли все — дочь, я, бабушка и даже немного дед. Только папа оставался совершенно спокоен.

Сначала мы все страдали. Потом начали дочку мучить: или восстанавливайся, или начинай готовиться к новому поступлению, или иди работать! Она лежала на кровати, смотрела Ютуб, всё больше замыкалась в себе и всё меньше улыбалась... И в один прекрасный день сказала: «Вы меня достали. Вы меня не понимаете. Я уезжаю жить в Питер. Одна».

Боже, как мне было обидно и страшно. Как я хотела всё бросить, закрыть её в квартире, забрать деньги и ключи. Но мудрый папа сказал: «Пусть едет. Благо в Питере у нас есть квартира, и бомжевать она точно не будет». Дочка уехала. И через полгода сама поступила в... медицинский. Где учиться до сих пор и счастлива.

\* \* \*

Как-то раз на профориентации «Антирабства» я работала со слушательницей Екатериной, которая, уже окончив медицинский вуз и проработав некоторое время врачом, поняла, что настало время менять профессию. Хотите верьте, хотите нет, но из медицины хотят бежать часто. Это всё-таки во многом профессия души и большого желания — помножьте её на огромный стресс и ответственность, и вот вам «работа мечты».