

Успокойтесь! Мировая экономика в своем развитии циклична – взлет постоянно сменяется кризисом. Так было, так будет и это НОРМАЛЬНО. Не Вы первый, не Вы последний пострадавший. Возьмите себя в руки, уберите эмоции, приготовьтесь мыслить логично, спокойно, здраво.

Советы для всех:

Общее развитие

1. Каждый день читайте статьи по персоналу.
2. Читайте новости утром и вечером по 15 минут. Научитесь азам экономики и пониманию кризисных процессов.
3. Ответьте на вопрос: Что произойдет, если текущая ситуация будет развиваться без моего и постороннего вмешательства?
4. Спросите совета у коллег о специализированных статьях и книгах.
5. Посоветуйте книгу или статью своим коллегам.
6. Скачайте книгу по Вашей специализации.
7. Установите на мобильный телефон программу для чтения книг ([QReader](#)) или установите на компьютер программу, преобразующую текстовые файлы в электронную книгу для мобильного телефона ([TequilaCat](#)).
8. Скачайте и прослушайте специализированную аудиокнигу.
9. Каждый вечер закачивайте новую статью на мобильный телефон.
10. Выработайте привычку читать статьи в оригинале (английский, немецкий, пр.), а также статьи из других сфер (экономика, право), касающихся персонала и кризиса.

Создание собственного бренда (self-brand)

1. Записывайте мысли, идеи, публикуйте статьи.
2. Ведите свой блог, журнал, сайт, колонку на известном специализированном ресурсе.
3. Станьте лучшим в Вашем отделе, в Вашей компании, в Вашей отрасли. При этом о том, что Вы лучший Вы должны обязательно и без предварительной просьбы услышать от других.

Самоорганизация и дисциплина

1. Ведите календарь ([Sunbird](#), [Google Calendar](#), [Scheduleworld](#)) и планируйте каждый день 30 минут аудиокниг (в транспорте, на ходу), 30 минут чтения статей (дома, в транспорте).
2. [Синхронизируйте](#) календарь с мобильным телефоном.

Рынок труда

1. Каждый вечер уделяйте 15 минут просмотру вакансий и новостей рынка труда. НИКОГДА не делайте это на рабочем месте и не используйте корпоративный email.
2. Следите за тем, сколько платят на специальностях, максимально Вам близких (рекрутинг, кадровое делопроизводство, инспекция кадров, развитие персонала, пр.)
3. Посчитайте, сколько времени нужно Вам для смены специализации. Сколько времени потребуется другим, чтобы получить Вашу специализацию?



4. Посчитайте, сколько стоит заменить Вас другим сотрудником. Учтите время поиска, обучения, адаптации, разницу в зарплате.

Финансы

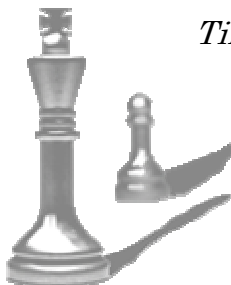
1. Откладывайте деньги. Старайтесь откладывать деньги в валюте (USD, EUR) и тратить в первую очередь национальные (UAH, RUR, BYR). Меняйте как можно меньшие суммы. Разменяйте крупные купюры валюты и меняйте на национальную валюту меньше, но чаще.
2. Опишите все возможности источники прибыли. **ВСЕ!** Продумайте продажу лишних активов. Просмотрите, как Вы смогли бы создать хоть минимальный поток наличности. Это необходимо на случай, если у Вас нет или закончиться любая записка.
3. Опишите Ваши «пассивы», т.е. то, что постоянно забирает у Вас деньги (квартира, машина, интернет). Запомните, что эти «пассивы» **МОГУТ** приносить прибыль и выгоду, но **ВСЕГДА** съедают Ваши средства. Ограничьте и используйте максимально эффективно Ваши «пассивы».
4. Сдайте часть «пассивов» в аренду. Возможно, Вы могли бы обойтись без квартиры, машины, пр. некоторое время. Подумайте, какой приток средств создаст такое действие, какой отток средств исчезнет.
5. Прикиньте стоимость Вашего имущества в разгар кризиса. Оцените, купил ли бы кто-нибудь отдельные части Вашего имущества и, если да, то за сколько. Не вкладывайте деньги в то, в чем нет необходимости, и что утратит ценность при развитии кризиса.
6. Если у Вас кредит, узнайте о возможности рефинансирования, реструктурирования долга. Посетите банк и уточните все подробности касательно Вашего кредита. Будьте в курсе и не избегайте встреч с банком или другим кредитором.
7. Сконцентрируйтесь на тех видах деятельности, которые приносят или с наибольшей вероятностью принесут максимум денег.

Community

1. Объединяйтесь! Группе легче выжить. Созвонитесь с друзьями и коллегами, которые занимаются персоналом или задействованы в смежных областях. Вспомните всех, кого сможете.
2. Договоритесь о взаимной поддержке. Позаботьтесь, чтобы поддержка была практичной, а не «на словах». Предложите, чем Вы сможете поддержать. Спросите, на что можете рассчитывать Вы.
3. Поддерживайте других. Уточните сильные стороны Ваших друзей, коллег и партнеров. Перенаправляйте заказы, вопросы и задания, вакансии, идеи, которые сами не в состоянии обработать, другим заинтересованным.
4. Потратьте 10 минут в день на звонки для моральной поддержки друг друга.
5. Присоединитесь к [HR-community](#)

Советы для работающих:

Time management



1. Проанализируйте свою занятость. Исключите из РАБОЧЕГО времени ВСЕ и ВСЕХ, кто не участвует в Вашей работе и не относится к Вашему community.
2. «Извини, я занят сейчас, я работаю. Я перезвоню в ... часов» - это естественный, нормальный, достойный ответ любому, кто отвлекает Вас. Запланируйте в календаре или блокноте время созвона. Занимайтесь на работе работой. Не позволяйте себе отвлекаться!

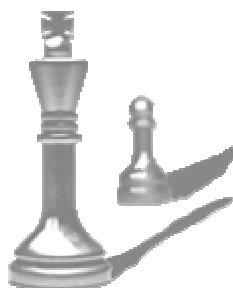
Продвижение на работе

1. Заполните ВСЕ свободное рабочее время перевыполнению поставленных на работе задач.
2. Если перевыполнение невозможно, то займите ВСЕ время работой в других сферах на Вашем предприятии.
3. Если таких сфер нет или предприятие находится на грани банкротства, заполните ВСЕ время работе по совместительству. Делайте это крайне **ОСТОРОЖНО!**
4. Если нет работы по совместительству, развивайте себя. Добавьте часов чтения статей, написания статей, разработки сайта, пр.
5. Если Вы сейчас работаете – проанализируйте, чем отличается Ваша работа от работы мечты. Ответьте себе на вопрос: Как кризис может помочь в достижении моей мечты.
6. Напишите имена людей в компании, которые «незаменимы», опишите причину их «незаменимости». Предугадайте их поведение при ухудшении положения вещей. Что с ними произойдет? Как они отреагируют? Примените эту информацию для своего развития в компании.
7. Запишите цель Вашей работы в компании. Посмотрите, актуальна ли цель, и можно ли ее сделать более актуальной. Определите, где в компании Ваше присутствие принесет максимальную пользу и денежную выгоду компании. Запишите сумму предполагаемой выгоды и опишите, как Вы ее посчитали. Объясните свою полезность за 30 секунд так, чтобы любой сотрудник и руководитель ее осознал и принял.

Советы для потерявших работу:

Поиск работы

1. НИКОГДА не говорите себе и остальным, что вы «безработный». Помните – Вы работаете и Ваша работа состоит в том, чтобы найти работу, а точнее – продать свои услуги на рынке труда за большую сумму денег.
2. Составьте график поиска работы. Распишите всю неделю из расчета 9 часового рабочего дня. Каждый час должен быть занят поиском работы или приближать Вас к работе. Ищите, развивайтесь, достигайте цель!
3. **Сходите в центр занятости и уточните, какую дополнительную квалификацию Вы могли бы там получить. Переквалификация в ЦЗ недорогой и хороший способ саморазвития.**
4. Опишите работу своей мечты. Ответьте себе на вопрос: Как кризис может помочь в достижении моей мечты.
5. Каждый день готовьтесь к своей работе по поиску работы – душ, бритве, прическа, костюм. Это придаст Вам уверенности в себе и максимально ускорит приближение результата.



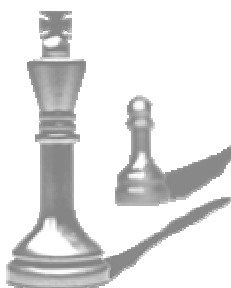
6. Составьте список того, что Вы умеете. Определите, сколько Ваше умение может приносить дохода, в какой компании. Сколько денег может быть сэкономлено. Выгода должна быть точной, очевидной, понятной каждому. На основании этого составьте список предлагаемых услуг и определите цену, которую компания будет готова Вам платить и за которую Вы будете готовы работать.
7. 85% вакансий не появляются в газетах, сайтах поиска работы, рекрутинговых компаниях. Определите, как можно узнать об этих вакансиях, кто имеет доступ к этой информации, как компании производят поиск на эти вакансии.
8. Имейте индивидуальный подход к КАЖДОМУ потенциальному работодателю и рекрутеру. Соберите ВСЮ возможную информацию, имена, адреса, оборот, рекламные ролики, сообщения в прессе. Обращайтесь всегда ПО ИМЕНИ. Отсылая резюме, следите за опытом, СООТВЕТСТВУЮЩИМ ИМЕННО ЭТОЙ компании. Отсылая резюме с сайта поиска работы, ВСЕГДА прикладывайте дополнительно письмо, хоть несколько строчек.
9. Перед тем, как идти на собеседование или отсылать резюме, представьте себе, от кого зависит принятие решения о Вашей кандидатуре? Представьте себе Ваше общение и то, как Вы достигаете своей цели, и этот человек принимает положительное решение.
10. Никогда не ходите на деловые встречи в плохом настроении, с простудой, пр. Перенесите важные контакты на другое время и настройте себя на успех. Пусть Ваши партнеры почувствуют Вашу уверенность, силу и спокойствие.

Создание self-brand

1. Напечатайте визитные карточки. Закажите визитные карточки в community. Это создаст образ организации за Вашей спиной и солидности.
2. Позаботьтесь о том, чтобы Вас было легко найти. Разметите резюме на сайтах поиска работы, активно работайте на форумах, отсылайте статьи в региональные и национальные печатные издания. Щедро раздавайте визитные карточки, но не более 1 на человека.
3. Раздайте визитные карточки знакомым, партнерам, друзьям. Укажите на карточке род деятельности, чтобы знакомые могли передать Вашу карточку заинтересованному лицу.
4. Если Вы оставляете визитную карточку для кого-либо, кто оказался не на месте, загните верхний правый угол визитки. Это будет выражать Ваше уважение, а также то, что Вы лично пришли, чтобы передать визитку.

Самоорганизация и гибкость

1. Поставьте себе конкретную цель. Расставьте приоритеты. Делайте только то, что важно. Инвестируйте Ваши силы, время и деньги только в то, что приближает Вас к цели. Причем инвестируйте в порядке важности и скорости приближения Вас к цели.
2. Сделайте себя максимально мобильным и гибким: проведите интернет, обзаведитесь (б/у) ноутбуком, надежным мобильным телефоном. Продумайте о возможности связи с коллегами, сотрудниками и партнерами из любой точки мира.



3. Пересмотрите свои вещи на предмет «привязывания» Вас к месту проживания. Сделайте возможность переезда максимально простой. Обеспечьте себя возможностью переехать в течении 3-х дней в любой конец страны и в течении 3-х недель в любую страну мира.

Моральное здоровье

1. Делайте себе регулярно подарки: покупайте время от времени шоколад, хороший кофе, вино, разрешите себе прогуляться по набережной и поспать 15 минут на рабочем месте. Мелкие подарки украсят жизнь и добавят Вам уважения и любви к себе самому. Помните, отношение других к Вам напрямую зависит от их восприятия Вашего образа. Уважая себя, Вы создаете уважение других к себе.

Финансы

1. Оформите пособие по безработице. Оформляйте его только в том случае, если сумма компенсации перекроет расходы на проезд и время, потраченное на социальные службы вместо поиска работы и встреч. Убедитесь, что сможете получать денежное пособие без дополнительных затрат сил и времени. Относитесь к пособию как к авантюре и НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ не как к средствам к существованию.
2. Составьте список своих расходов. Не покупайте ненужных вещей. Составьте план питания и покупайте продукты заранее в супермаркете. Готовьте полноценную еду – это полезнее чем fastfood для здоровья и значительно экономит средства.
3. Продумайте все варианты помощи извне. Родители, родственники, надежные друзья. Рассматривайте все виды помощи: деньги, возможность переночевать или пожить, еду, пр.
4. Помните, работа – это нерешенная проблема! До тех пор, пока есть проблемы, есть и спрос на людей, способных их решить.

В заключение:

1. Берегите здоровье. Уделяйте каждый день 30 минут физической нагрузке. Нагрузка Вас оздоровит и избавит от стресса. Ходите много пешком.
2. Проанализируйте аналогичный кризис в истории (напр., 1929-1933гг в США). Как развивался кризис? Какие отрасли начали первыми возрождаться, и кто быстрее всех использовал эту возможность? Подумайте, как «взлететь» во время или сразу после кризиса.
3. Сядьте прямо, расслабьтесь, сделайте серию глубоких вдохов и выдохов. Думайте только о дыхании. Когда наступит спокойствие, постарайтесь «вспомнить» решение Вашей проблемы или ответ на интересующий Вас вопрос. Вспоминая, Вы настраиваете свой мозг на то, что решение существует.

