



# РЕЗЮМЕ

Хобби и увлечения в резюме

# ВАШИ ХОББИ И УВЛЕЧЕНИЯ В РЕЗЮМЕ:

- При заполнении резюме многие кандидаты задумываются о том, стоит ли что-то писать о своих увлечениях.
- Рекрутеры утверждают, что сведения об интересах кандидата на работу позволяют выстроить психологический портрет.

Можно ориентироваться на готовый пример хобби в резюме, если не уверены в том, что именно следует писать об этом.



# Правильный подбор увлечений

- Конечно, соискателя в первую очередь оценивают по его опыту, приобретенным навыкам.

Но личные увлечения позволяют понять, насколько вы соответствуете открытой вакансии и культуре компании.



## БЕСПРОИГРЫШНЫМИ ДЛЯ ВСЕХ ДОЛЖНОСТЕЙ БУДУТ ТАКИЕ ВАРИАНТЫ:

- плавание, занятия в тренажерном зале, фитнес, бег, футбол, волейбол, теннис, езда на велосипеде;
- игра на музыкальных инструментах, увлечение классической музыкой;
- садоводство;
- уход за домашними питомцами (кошками, рыбками, хомяками, собаками);
- танцы;
- рыбалка;



## ВАШЕ ХОББИ (ПРОДОЛЖЕНИЕ)

- усовершенствование автомобилей;
- рукоделие: вышивка, оригами, вязание вещей и игрушек, лоскутное шитье;
- моделирование одежды, создание дизайнерских кукол;



## ВАШЕ ХОББИ

- создание металлических либо деревянных моделей кораблей, автомобилей, самолетов и другой техники;
- работа с деревом, конструирование игрушек, мебели, предметов домашнего обихода;



## ВАШЕ ХОББИ

- игра в шахматы;
- чтение исторических романов, философских книг, классической литературы, в том числе и современной;
- изучение профессиональной литературы (не забудьте указать любых авторов);
- интерес к компьютерным, программным и техническим новшествам.



## О ЧЕМ СКАЖУТ ВАШИ УВЛЕЧЕНИЯ РАБОТОДАТЕЛЮ:

- Старайтесь соблюдать меру в перечислении своих интересов, чтобы их объем не перетягивал на себя ключевой фокус при прочтении вашего резюме.
- Выбирая примеры интересов и хобби для резюме, учтите, что увлечение спортом позволяет продемонстрировать умение работать в команде.

А вот хобби,  
требующие  
сосредоточенности,  
говорят об умении  
анализировать.





# ЗАПРЕЩЕННЫЕ ВАРИАНТЫ



## УВЛЕЧЕНИЯ, КОТОРЫЕ МОГУТ СМУТИТЬ РАБОТОДАТЕЛЯ:

- ❑ Не во всех случаях хобби помогает при трудоустройстве.
- ❑ Например, можно столкнуться с отказом, указав, что ВЫ:
  - ❑ любите заниматься спортивной борьбой, восточными единоборствами, боксом, участвуете в гонках;
  - ❑ увлекаетесь компьютерными играми;
  - ❑ играете в карты на деньги;
  - ❑ путешествуете по всему миру;
  - ❑ предпочитаете экстремальные виды спорта;



## Если Вы...

- являетесь представителем субкультур (гот, панк, рокер, поклонник музыки в стиле «металл» );
- делаете татуировки, украшаете тело металлом;
- увлекаетесь нетрадиционными религиями, носите соответствующую одежду и любите пропагандировать.



## ПРИЧИНЫ ОТКАЗА РАБОТОДАТЕЛЯ:

- Вышеприведенные интересы часто влияют на внешний вид соискателя и его манеру поведения.
- Поклонники **экстремального спорта** рискуют остаться без работы из-за того, что их увлечение связано с травматизмом.
- **Путешественников** работодатели побаиваются из-за того, что они больше времени уделяют своим поездкам, а не выполнению обязанностей.



## Связь между увлечением и специальностями:

- ▣ Претендуя на должность человека, который должен большую часть времени проводить **сидя за компьютером** или **работая с бумагами**, можно обратить внимание на определенные примеры хобби для девушек, свидетельствующие о **собранности и усидчивости**.



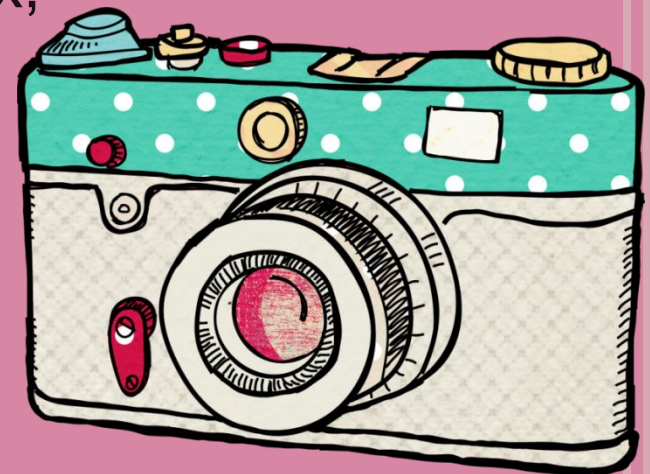
## ВАШЕ ХОББИ:

- ❑ вышивка крестом,  
лентами,  
гладю;
- ❑ пэчворк;
- ❑ моделирование и шитье  
одежды;
- ❑ вязание игрушек;
- ❑ оригами, декупаж;
- ❑ оформление рамок  
для фотографий,  
блокнотов,  
папок.

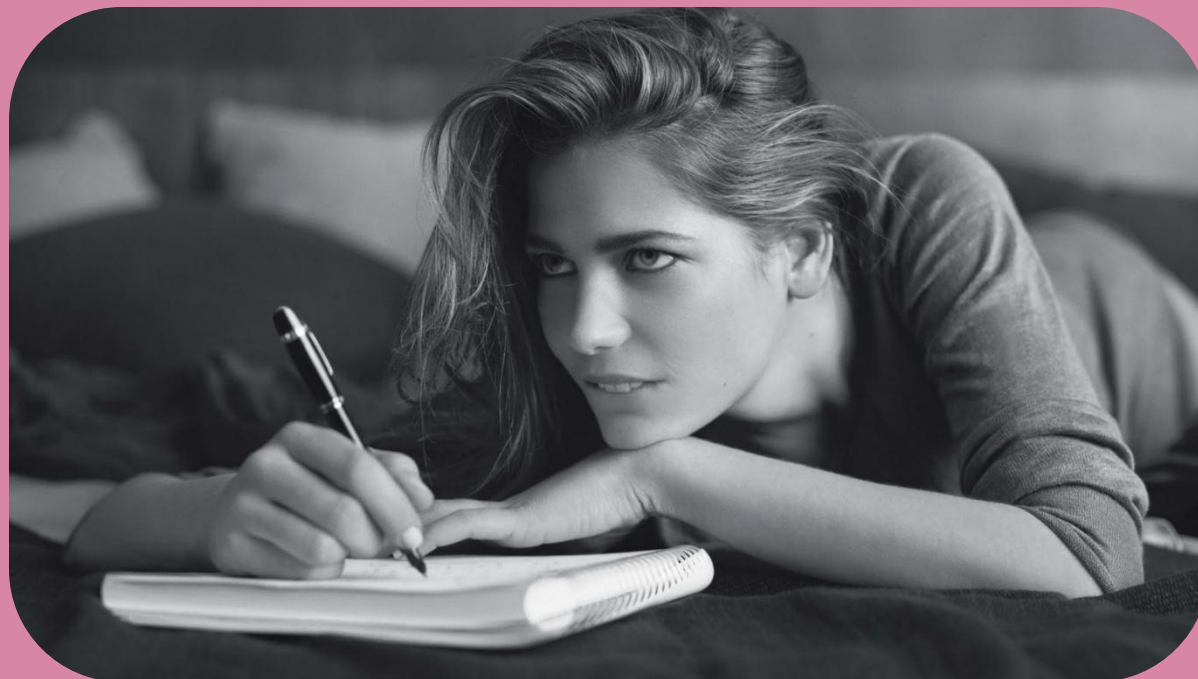


# ВАШИ ИНТЕРЕСЫ МОГУТ БЫТЬ...

- Вне зависимости от пола о присутствии творческой жилки будут свидетельствовать интересы:
- увлечение фотографией;
- создание декоративных украшений;
- реставрация старых вещей;
- игра на музыкальных инструментах;
- сочинение стихов и рассказов;
- интерес к живописи, рисование картин;
- тиснение по коже.



Творческие увлечения будут по достоинству оценены на должностях, требующих полета фантазии. Они подойдут для претендентов на должность журналиста, фотографа, художника-оформителя.





## О ЧЕМ ГОВОРЯТ УВЛЕЧЕНИЯ...

- Об умении **работать в команде**, быть лидером, работать с людьми свидетельствуют предпочтения:
- интерес к игровым видам спорта: к футболу, баскетболу, гандболу, хоккею;
- увлечение психологией, в том числе и чтение специальной литературы (с указанием любых книг);
- участие в благотворительных либо общественных организациях.

Как правило, эти люди проще других находят общий язык, как с коллегами, так и с клиентами.



## ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННОСТЬ...

- Задумываясь о том, какие хобби указать, надо понимать, что вашу целеустремленность могут подтвердить увлечения:
- занятия танцами, фитнес, плавание;
- активный отдых, увлечение путешествиями (отдельно можно указать, что делается это не в ущерб работе).
- Даже если вы разносторонний увлеченный человек, обратите внимание работодателя не более чем на **2 вида увлечений**.
- Иначе, он задумается о том, что вы не сможете из-за них уделять достаточное время работе.



# НЕСТАНДАРТНЫЕ ВАРИАНТЫ



## НЕОЖИДААННЫЕ УВЛЕЧЕНИЯ...

- Не все знают, но ваши увлечения и хобби в резюме способны привлечь внимание.
- Например, это можно сделать, указав, что вы:
  - изучаете восточную культуру, языки;
  - увлекаетесь оригами;
  - занимаетесь художественным переводом книг;
  - реставрируете старинные церкви и здания;
  - выходные дни проводите на раскопках



## А ТАКЖЕ...

- ❑ уделяете время сбору мусора на пляжах, в лесах, лесопосадках;
- ❑ благоустраиваете свой город;
- ❑ рисуете мультипликационные фильмы;
- ❑ создаете развивающие книги для детей.



Главное - учтите то,  
что ваши интересы  
не должны  
противоречить



## ЗАДАНИЕ 18.

- 1. Сколько увлечений рекомендуется указывать в своей резюме?
- 2. Из-за какого хобби работодатель может отказать в трудоустройстве?
- 3. Какие увлечения могут охарактеризовать соискателя вакансии как о собранном и усидчивом человеке?
- 4. Какие увлечения могут рассказать о соискателе, как о человеке, умеющем работать в команде?
- 5. Используя ресурсы интернета, составьте свое резюме по вакансии «менеджер по туризму»
- ❖ *Шаблонов и вариантов можно найти на просторах интернета массу,*
- ❖ *поэтому повторы резюме приветствовать не буду.*



СПАСИБО  
ЗА ВНИМАНИЕ!

