



Kai kurie prisirišimo teorijos šalininkai atsakytų - kol vaikams norisi. Tačiau mes manome, kad atjungytiems nuo krūties vaikams patogiau ir saugiau miegoti atskirai. Geriau pailsi tiek vaikas, tiek tėvai. Kad vaikas jaustųsi saugiai, suaugęs turi būti lengvai pasiekiamas, pasiruošęs ateiti į pagalbą, jei vaikui neramu, baisu ar liūdna. Maždaug trijų metų vaikui labai svarbu būti savarankiškam, turėti „savo“ lovą, miegoti „savo“ kambaryje.

Svarbu kad būtų tenkinami vaiko poreikiai, o ne mamos ar tėčio, kuriam po skyrybų ar netekties labai liūdna ir vieniša. Negerai, jei vaikas po truputį ima atstoti artimą suaugusį žmogų. Kartu su mama miegantis paauglys arba su tėčiu mieganti paauglė dažnai patiria su intymumu susijusių problemų.



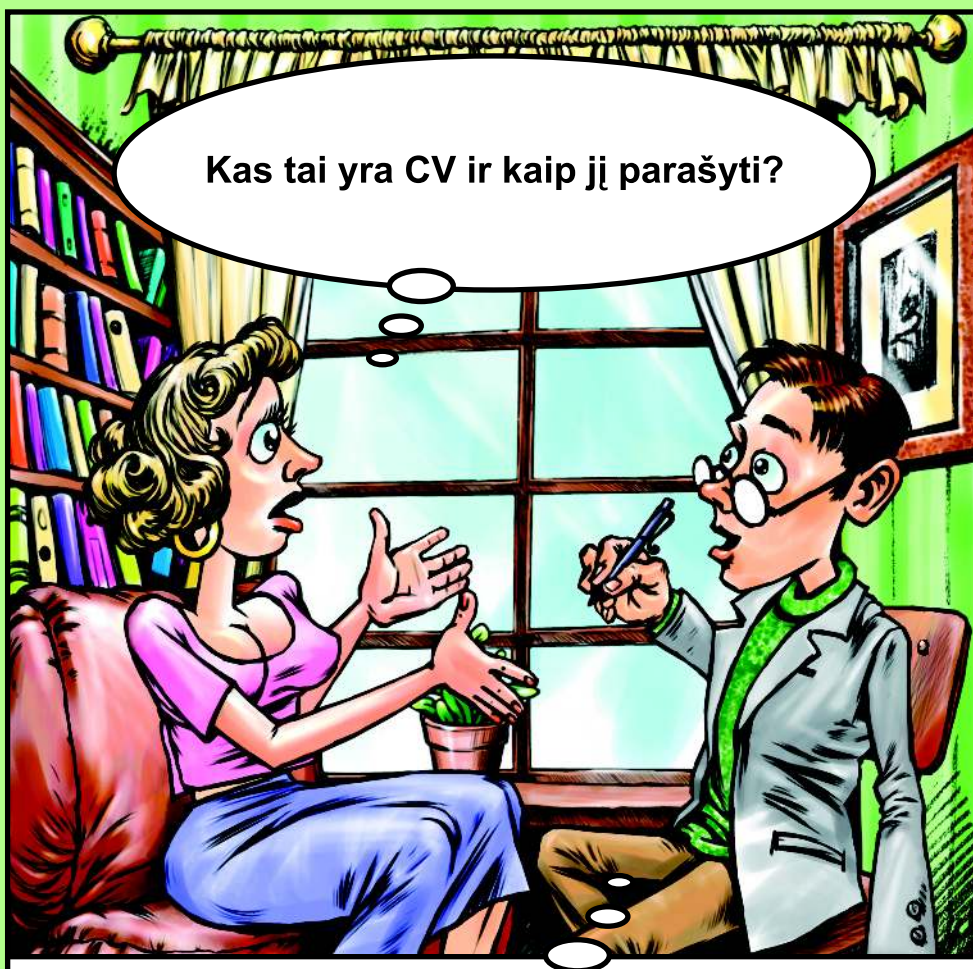
Noriu dirbti



Visų pirma, jūs turite žinoti, kokio darbo ieškosite. Antra, paruošti savo Gyvenimo aprašymą (CV) ir Motyvacinį laišką, kuriuos siųsite potencialiam darbdaviui.

Gyvenimo aprašyme išdėstoma faktinė informacija apie jūsų išsilavinimą, darbo patirtį, įgūdžius ir gebėjimus, o Motyvaciniame laiške jūs prisistatote darbdaviui.





Gyvenimo aprašymas - lotyniškai Curriculum Vitae (CV) - įsidarbinant svarbiausias dokumentas. Gyvenimo aprašymo tikslas pasiekti, kad darbdavys jus pakviestų pokalbiui. Šiame dokumente pateikiami duomenys ir faktai apie jūsų išsilavinimą, darbo patirtį, įgūdžius, pomėgius. Pagrindinės Gyvenimo aprašymo dalys: asmeninė informacija, išsilavinimas ir kvalifikacija, darbo patirtis, įgūdžiai ir gebėjimai. CV apimtis neturėtų būti didesnė nei vienas A4 formato puslapis.





Motyvacinis laiškas yra svarbi jūsų prisistatymo dalis, padedanti kurti apie jus pirmąjį įspūdį. Todėl visų pirma jis turi atitikti visus oficialaus laiško reikalavimus, t. y. turi būti parašytas ant gero popieriaus, jame turi būti nurodyti darbdavio ir jūsų kontaktiniai telefonai, adresas, data ir kt. Laiškas turi būti skirtas konkrečiam asmeniui arba kompanijai. Jis neturi būti ilgas - nuo pusės iki vieno puslapio. Jame reikia aiškiai nurodyti, į kokią darbą pretenduojate. Svarbu apibendrinti savo apsisprendimo įsidarbinti priežastis ir tai, dėl ko, jūsų manymu, esate tinkamas kandidatas. Motyvų dirbti būtent šį darbą arba būtent šioje įmonėje aiškus ir patrauklus išdėstymas kartais gali kompensuoti tam tikrų įgūdžių arba patirties trūkumą ir skatinti darbdavį susidomėti arba net pasirinkti būtent jus.





- Niekada nevėluokite, tačiau nesistenkite atvykti daug anksčiau. Pakaks pasirodyti 10-15 min. anksčiau nei sutarta.
- Pasirūpinkite, jog Jūsų išvaizda (apanga, avalynė, šukuosena, makiažas) būtų tvarkinga ir neiššaukianti.
- Kalbėkite ramiai, aiškiai, santūriai.
- Pokalbio metu nieko blogo nesakykite apie buvsius ir esamus darbdavius.
- Į klausimus atsakinėkite trumpai ir aiškiai, nepasakokite ilgų istorijų.
- Nepertraukinėkite pašnekovo, įdėmiai klausykitės.
- Pasiruoškite atsakyti į provokacinius klausimus.
- Stenkitės suvaldyti nerimą, įtampą.





Yra kelios galimybės ir jums teks rinktis vieną iš jų:

- prašyti tėvų ar kitų giminių pagalbos,
- vaiką vesti į vaikų darželį,
- ieškoti auklės,
- surasti moterį, kuri augina savo vaiką ir tuo pat metu galėtų prižiūrėti jūsų vaiką, kol būsite darbe.



Tai nulemia:

- turimas išsilavinimas ir specialybė,
- darbinė patirtis,
- sveikatos būklė,
- darbo pasiūla gyvenamojoje vietovėje.

Galimybes įsidarbinti gali riboti ir negalėjimas prisitaikyti prie darbo laiko, sunkumai pasiekiant darbo vietą ir pan.



Darbdaviai vertina tokias savo darbuotojų savybes kaip sąžiningumas, punctualumas, lojalumas, gebėjimas priimti įsipareigojimus ir juos vykdyti, iniciatyvumas.

Norint ne tik gauti laikiną ar bet kokią darbą, bet ilgam įsitvirtinti darbo rinkoje, dirbti jums patrauklų darbą, labai svarbu toliau mokytis, tobulinti savo profesinius įgūdžius.





Pagrindiniai informacijos šaltiniai:

- darbo paieškos puslapiai internete,
- darbo skelbimai spaudoje,
- įdarbinimo agentūros,
- valstybinė darbo birža,
- socialiniai ryšiai (pažįstami, draugai).

