



চাকরি-জীবনে প্রবেশের প্রথম পদক্ষেপ হচ্ছে চাকরি অনুসন্ধান। আপনার যথাযথ প্রস্তুতি এবং কর্মতৎপরতা এ অনুসন্ধান প্রক্রিয়াকে রূপান্তরিত করে চমৎকার একটি কলায়। সফল ক্যারিয়ারের ২য় পর্বে চাকরি অনুসন্ধানের সঠিক পরিকল্পনা ও বাস্তব কিছু কর্মপন্থা তুলে ধরা হয়েছে। নিজের ওপর আস্থা রাখুন, প্রক্রিয়া অনুসরণ করুন। প্রথম সুযোগেই আপনি কাজ্জিত চাকরি লাভ করবেন।

বিশ্বাস করুন, চাকরি আপনার জন্যে অপেক্ষা করছে

আপনার পছন্দনীয় চাকরিকে ঘিরে মনছবি দেখুন। বিশ্বাস করুন, একটি সুন্দর চাকরি আপনার জন্যে অপেক্ষা করছে। তারপর খুঁজে বের করুন— কোথায় তা লুকিয়ে আছে।

চাকরি অনুসন্ধানকেই একটি চাকরি মনে করুন। প্রতিদিন এ কাজে নির্দিষ্ট সময় দিন, অফিসিয়াল নিয়ম অনুসরণ করুন।

লেখাপড়ার মতো চাকরি অনুসন্ধানও বিনিয়োগ করুন। অনুসন্ধানকালীন ব্যয়ের জন্যে আলাদা বাজেট বরাদ্দ রাখুন।

কোনো ক্ষেত্রে বিফল বা প্রত্যাখ্যাত হলে প্রস্তুত হতে প্রস্তুত হতে দিন। ভাবুন— এ চাকরি আপনার জন্যে নয়। বিশ্বাস করুন— আরো ভালো কিছু অপেক্ষা করছে।

যে ধরনের বা যে প্রতিষ্ঠানে চাকরির প্রত্যাশা করছেন সেখানে যাওয়ার জন্যে যোগ্যতা-যোগাযোগের তালিকা করুন।

সুযোগ থাকলে খণ্ডকালীন কাজে যোগ দিন। সামাজিক/স্বচ্ছাসেবী প্রতিষ্ঠানের অভিজ্ঞতাও আপনার কাজে আসবে।

অন্যান্য চাকরিপ্রার্থী এবং পদস্থ ব্যক্তিদের সাথে যোগাযোগ ও সুসম্পর্ক রক্ষা করুন।

চাকরি অনুসন্ধানের প্রথম দিন থেকে তা পাওয়া পর্যন্ত সময়কে উপভোগ করুন, চ্যালেঞ্জ হিসেবে নিন।

অনুসন্ধানের মাঝপথে হারিয়ে যাবেন না। প্রত্যয় ও সবরের সাথে চাকরির বাজারে সক্রিয় থাকুন।

মনে রাখুন, চাকরি অনুসন্ধান একটি চলমান প্রক্রিয়া। কাজ্জিত চাকরি লাভের জন্যে এ প্রক্রিয়ার পেছনে লেগে থাকুন।

সিভি/বায়োডাটা

চাকরির আবেদন আপনার পক্ষ থেকে প্রতিষ্ঠানের প্রতি একটি প্রস্তাব। তাই ভিক্ষা নয়, প্রস্তাবের ভাষা ব্যবহার করুন।

বর্তমান কাজ/দায়িত্ব ও সম্প্রতি অর্জিত কোনো প্রসঙ্গ আগে উল্লেখ করুন।

আপনার সাফল্য বা কোনো অর্জনকে সম্ভব হলে সংখ্যা বা অংকে প্রকাশ করুন।

শুধু বিজ্ঞাপন দেখে নয়, ব্যক্তিগত সম্পর্ক, যোগাযোগ, ইন্টারনেট, জব ফেয়ার/বিভিন্ন প্রতিষ্ঠানে নিজ উদ্যোগেই সিভি পাঠান।

সিভি পাঠিয়েই প্রতিষ্ঠানের ডাকের অপেক্ষায় থাকবেন না। প্রয়োজনে সংশ্লিষ্ট কর্মকর্তার সাথে দেখা করুন।

তথ্যের ধারাবাহিকতা ও সামঞ্জস্য রক্ষার্থে প্রতিটি প্রতিষ্ঠানে পাঠানো সিভি ও অন্যান্য কাগজপত্র আলাদা ফাইলে রাখুন।

ভাইভা/ইন্টারভিউ-এ বজরীয়

- কাজ্জাল/অপরিচ্ছন্ন পোশাকে আসা।
- আগের চাকরি/ বসের দুর্নাম করা।
- অনুমতি না নিয়ে বসা।
- শুরুতেই পারিশ্রমিক প্রসঙ্গে কথা বলা।
- না-সূচক/হতাশাব্যঞ্জক কিছু বলা।
- পায়ের ওপর পা তুলে বা ক্রস লেগড হয়ে বসা, পা দোলানো।
- ঠোট্ট কামড়ানো, দাঁতে দাঁত চেপে কথা বলা।
- চোখ নামিয়ে/ অন্য দিকে তাকিয়ে কথা বলা।
- কথা বলার শুরুতে একটু কেশে নেয়া।
- কথা বলতে বলতে চুল, কপাল, নাক বা খুঁতনি স্পর্শ করা।
- চাকরিতে মনোনিীত হয়েছেন কি-না জানতে চাওয়া।

প্রতিষ্ঠান কাজ্জিত পারিশ্রমিক সম্পর্কে জানতে না চাইলে তা উল্লেখ করবেন না।

সহজ ভাষায় শুদ্ধ বানান ও ব্যাকরণ এবং নির্ভুল তথ্যে সিভির উপস্থাপনাকে মার্জিত ও আকর্ষণীয় করে তুলুন। প্রয়োজনে অভিজ্ঞ কাউকে দেখিয়ে নিন।

অপ্রাসঙ্গিক ও বাহুল্য তথ্য দেবেন না। রেফারেন্স না চাইলে উল্লেখ করবেন না। কারো রেফারেন্স দিলে তার সম্মতি নিন।

সব প্রতিষ্ঠানে একই সিভি পাঠাবেন না। প্রতিষ্ঠান বুঝে সিভিতে তথ্যবিন্যাস করুন।

ভালো কাগজে প্রিন্ট করুন। সুযোগ থাকলে ভাঁজ না করে বড় খামে ভরে পৌঁছে দিন।

সম্প্রতি তোলা রঙিন ছবি ব্যবহার করুন।

সিভিকে নিয়োগকারী প্রতিষ্ঠানের চোখে দেখুন— ফাঁকগুলো বুঝতে পারবেন।

ভাইভা/ইন্টারভিউ

প্রতিদিন ২ বেলা চাকরির মনছবি দেখুন। কল্পনায় ভাইভা ও নিয়োগের পুরো দৃশ্যকে তুলে আনুন। বাস্তবেও একজন চাকরিজীবীর মতো আচরণ করুন।

আগে থেকেই ভাইভার জন্যে প্রয়োজনীয় প্রস্তুতি নিন।

ইন্টারভিউকে মৌখিক পরীক্ষা মনে না করে প্রথম পরিচয়ের কথোপকথন মনে করুন। এতে আপনি প্রশান্ত থাকবেন।

আত্মগর্বে ভুগবেন না, হীনম্মন্যও হবেন না। আত্মবিশ্বাসে স্বতঃস্ফূর্ত থাকুন।

হাসিমুখে সবিনয়ে শুদ্ধভাবে সালাম দিন।

মনোযোগ দিয়ে প্রশ্ন শুনুন। প্রাসঙ্গিক উত্তর শুদ্ধি দিয়ে সংক্ষেপে বলুন।

আপনি সবচেয়ে ভালো পারেন— এমন বিষয়ের সঙ্গে সামঞ্জস্য রেখে উত্তর দিন।

স্পষ্টভাবে শুদ্ধ ভাষায় পরিমিত স্বরে বলুন। কথা বলার সময় প্রশ্নকর্তা ছাড়াও অন্যান্যদের দিকে একে একে তাকান।

চোখে চোখ রেখে কথা বলুন কিন্তু বিনয়ী থাকুন। হাসিমুখে উত্তর দিন।

চাকরির সাথে সম্পর্কিত বিশেষ টার্ম বা শব্দগুলো মনে রাখুন। কথাবার্তায় একাধিকবার তা উল্লেখ করুন।

ভাইভা বোর্ডের মূল নিয়ন্ত্রণ নিজে নিতে শিখুন। এমনভাবে উত্তর দিন, যেন আপনার উত্তরের সূত্র ধরেই প্রশ্নকারী পরবর্তী প্রশ্ন করতে আগ্রহী হন।

ব্যক্তিগত ও পারিবারিক প্রসঙ্গে সংক্ষেপে বলুন। কথাবার্তায় চাকরিসংক্রান্ত বিষয়কেই প্রাধান্য দিন।

প্রশ্নকর্তার সাথে বিতর্কে যাবেন না। একমত হতে না পারলে নীরব থাকুন।

প্রতিষ্ঠান আপনাকে কী দেবে নয়, আপনি প্রতিষ্ঠানকে কী কী দেবেন কৌশলে সে কথাগুলোই বেশি বলুন।

কথোপকথনে আপনার আগ্রহকে ব্যক্ত করুন। সম্ভব হলে প্রতিষ্ঠান ও চাকরি সম্বন্ধে কর্মকর্তাদের জিজ্ঞেস করুন।

প্রতিষ্ঠানে প্রবেশের মুহূর্ত থেকেই আপনার ইন্টারভিউ শুরু হয়ে যায়। তাই কথা ও আচরণে সতর্ক থাকুন।

অপেক্ষামগ্ন অবস্থায় পেপার, ম্যাগাজিন পড়বেন না। মনকে পুরোপুরি ভাইভার মাঝে কেন্দ্রীভূত রাখুন।

সংশ্লিষ্ট প্রতিষ্ঠান সম্পর্কে আগেই খোঁজ-খবর নিন। উল্লেখযোগ্য কোনো তথ্য থাকলে ইন্টারভিউতে তা উল্লেখ করুন।

নিজের পাণ্ডিত্যকে জাহির করবেন না। প্রশ্নকর্তার কোনো ভুল ধরিয়ে দেবেন না।

সার্টিফিকেট ও অন্যান্য কাগজপত্রের ফাইল প্রয়োজনে সঙ্গে রাখুন।

অন্য প্রার্থীদের সাথে অপ্রাসঙ্গিক আলাপে যাবেন না। কেউ ভাইভা শেষে বেরিয়ে এলে তাকে ঘিরে ধরবেন না।

ইন্টারভিউ শেষে আপনাকে সময় দেয়ার জন্যে ধন্যবাদ দিন। কর্মকর্তারা হাত বাড়িয়ে দিলে উষ্ণভাবে হাত মেলায়।

ফিরে এসে প্রতিষ্ঠানকে ধন্যবাদ পত্র পাঠান। নিজের যোগ্যতা ও সম্ভাবনা এবং সে প্রতিষ্ঠানে আপনার ভূমিকা সম্পর্কেও ২/১ লাইন লিখুন।

ইন্টারভিউয়ের পর ১৫ দিনের মধ্যে প্রতিষ্ঠান থেকে কোনো সাদা না এলে আপনি নিজেই যোগাযোগ করুন।



নতুন সহস্রাব্দের জীবন যাপনের বিজ্ঞান **কোয়ান্টাম মেথড** সম্পর্কে আরো জানতে হলে এবং প্রয়োজনীয় বই, স্মারক, সিডি, ক্যাসেট, কণিকা, বুসেটিন, ব্রোশিউর ও অন্যান্য প্রকাশনার জন্যে আপনার নিকটবর্তী সেন্টার/শাখা বা সেলে যোগাযোগ করুন



কোয়ান্টাম ফাউন্ডেশন
কেন্দ্রীয় দফতর :
১১৯/পি শান্তিনগর (২য় তলা), ঢাকা-১২১৭।
ফোন : ৯৩৪১৪৪১, ৮৩১৯৩৭৭, ০১৭১১-৬৭১৮৫৮
চট্টগ্রাম : ০৩১-৬৫৩৬৮৮, ০১৭১১-৩৯৩০১০
সিলেট : ০৮২১-৭১১৬১২, ০১৭১১-২৮০৬৫২
রাজশাহী : ০৭২১-৭৭১৫৫০, ০১৭১১-১০৪২৮৯
মিরপুর : ৮০৬১০৭৫, ০১৭১৭-১৪৪৭২৪
স্বচ্ছা রক্তদান কার্যক্রম ও কোয়ান্টাম ল্যাব :
৮৩২২৯৮৭, ৯৩৫১৯৬৯, ০১৭১৪-০১০৮৬৯
লামা সেন্টার ৯ মেডিটেশন রিসর্চ ও শিশুকলন :
০১৭১৪-০৯৪২৭১
E-Mail : info@quantummethod.org
Web Site : www.quantummethod.org

October 2007 ■ 01720-515825 ■ WINDOWS

সফল ক্যারিয়ার

২

প্রথম পদক্ষেপ

মহাজাতক