

*Sổ tay*

# KỸ NĂNG CẦN THIẾT TRONG CÔNG VIỆC



The Asia Foundation



# SỔ TAY

# KỸ NĂNG CẦN THIẾT

# TRONG CÔNG VIỆC

*Tài liệu này được Trung tâm Phát triển và Hội nhập (CDI) chủ trì biên soạn với sự hỗ trợ kỹ thuật của Viện phát triển cộng đồng ÁNH SÁNG - LIGHT, do Quỹ Châu Á và Văn phòng Quyền Lao động thuộc Bộ Ngoại giao Hoa Kỳ tài trợ.*

*Bản quyền tài liệu thuộc Trung tâm Phát triển và Hội nhập (CDI). Tài liệu có thể được sao chép, lưu hành, sử dụng cho các mục đích phi thương mại song phải bảo lưu tính toàn vẹn của tài liệu, không làm sai lệch nội dung thông tin.*

## Mục lục

### KỸ NĂNG CẦN THIẾT TRONG CÔNG VIỆC

<b>I. KỸ NĂNG TÌM VIỆC</b>	<b>5</b>
1. Khi đi làm xa nhà, người lao động cần chuẩn bị những gì?	8
2. Làm thế nào để tìm được công việc phù hợp với năng lực, trình độ và hoàn cảnh của bản thân?	10
3. Những nguy cơ, rủi ro lao động xa nhà có thể gặp phải và cách để giảm thiểu những rủi ro đó?	14
4. Giải quyết những khó khăn xảy ra khi làm việc xa nhà bằng cách nào?	16
5. Tìm kiếm thông tin, địa chỉ hỗ trợ lúc khẩn cấp bằng cách nào?	17
6. Một số lưu ý dành cho lao động xa nhà khi tìm kiếm và lựa chọn việc làm?	18
<b>II. KỸ NĂNG LÀM VIỆC HIỆU QUẢ</b>	<b>21</b>
1. Tại sao người lao động cần có khả năng linh hoạt, thích nghi tốt?	24
2. Giao tiếp tốt có ý nghĩa như thế nào đối với người lao động xa nhà?	24
3. Sử dụng thành thạo Internet mang lại lợi ích gì cho lao động xa nhà?	26
4. Kỹ năng sử dụng các công cụ lao động trong gia đình	27
5. Kỹ năng làm việc nhóm có quan trọng không?	28
6. Để cân bằng công việc và cuộc sống, người lao động cần có những kỹ năng gì?	29

# PHẦN I

# KỸ NĂNG TÌM VIỆC

# KỸ NĂNG KHI TÌM VIỆC



PHÒNG VẤN XIN VIỆC



Người lao động di cư từ làng quê ra thành phố gặp rất nhiều khó khăn khi tìm kiếm việc làm. Đa số họ có trình độ chuyên môn thấp, thiếu tay nghề, mức độ hiểu biết còn hạn chế. Đặc biệt, họ thiếu các kỹ năng cần thiết khi tìm kiếm việc làm và trong cả quá trình làm việc.

Một số người lao động quyết định đi làm việc xa nhà chỉ đơn thuần thông qua gợi ý từ người quen, bạn bè như: *lên thành phố làm đi, nhiều việc lắm; đi làm với tôi, nhàn lắm....*, mà không có sự tìm hiểu rõ ràng để biết được công việc mình sẽ làm là gì. Không những vậy, có không ít người lao động rời quê ra thành phố mà không biết mình sẽ ở đâu, sống thế nào. Một số tìm đến các trung tâm môi giới việc làm để được hỗ trợ và gặp phải những tình huống dở khóc dở cười như bị lừa, bị quỵt tiền... Nhiều người lao động khác tự tìm kiếm cơ hội việc làm tại các chợ lớn, khu công nghiệp, khu trung tâm thành phố... cũng gặp nhiều khó khăn. Phần lớn người lao động lựa chọn công việc chỉ dựa theo cảm tính, suy nghĩ chủ quan mà không hiểu rằng họ cần tìm kiếm, xem xét cẩn thận để chọn được một công việc phù hợp với mình, nhằm phòng tránh những rủi ro không đáng có.

Rất nhiều người lao động thiếu kỹ năng tìm việc làm do hạn chế trong việc tìm kiếm, tiếp cận thông tin. Bản thân họ cũng chưa có định hướng rõ ràng và thiếu kế hoạch cụ thể cho bản thân và gia đình. Bởi vậy, người lao động khi đi làm xa nhà, làm những công việc mới, tiếp xúc với những môi trường khác nhau sẽ khiến cho cuộc sống có nhiều thay đổi, dẫn đến sự lúng túng và khó thích nghi. Những người thân ở nhà cũng hụt hẫng khi thành viên gia đình đi xa, cuộc sống thường ngày bỗng rơi vào hoàn cảnh khó khăn vì sự thay đổi đột ngột. Điều đó có ảnh hưởng rất lớn đến cuộc sống cũng như hạnh phúc gia đình của những người lao động xa nhà.

Để giảm bớt khó khăn và tránh được những rủi ro có thể xảy ra, người lao động cần trang bị cho bản thân kỹ năng tìm kiếm việc làm. Đặc biệt, họ cần trang bị các kỹ năng như tìm kiếm thông tin, lên kế hoạch làm việc, đưa ra những quyết định đúng đắn và xử lý linh hoạt khi gặp phải những tình huống khác nhau.

Mục **Kỹ năng tìm việc** sẽ đưa ra các câu hỏi lớn gồm các tình huống liên quan mà người lao động đã gặp phải, từ đó sẽ phân tích, làm rõ nguyên nhân và đưa ra giải pháp để trả lời cho những câu hỏi đó, nhằm giúp cho người lao động nắm bắt được những tình huống có thể gặp phải và củng cố những kỹ năng cần thiết khi làm việc xa nhà.

## 1. Khi đi làm xa nhà, người lao động cần chuẩn bị những gì?

Làm việc xa nhà đồng nghĩa với việc người lao động phải đối mặt với một cuộc sống mới, lạ lẫm, bỡ ngỡ, công việc mới và có thể thay đổi thường xuyên. Do đó, người lao động phải có khả năng linh hoạt, thích nghi cao.



*“Do hoàn cảnh kinh tế khó khăn, tôi quyết định lên Hà Nội tìm việc làm. Khi lên đến thành phố, tôi mới giật mình hoang mang vì không biết mình sẽ làm gì, ở đâu. Trong hoàn cảnh này tôi nên làm gì?”*

### Trả lời:

Trước khi quyết định đi làm xa nhà, bạn chưa có sự chuẩn bị kỹ lưỡng về việc tìm kiếm chỗ ở, tìm kiếm công việc. Tại các thành phố lớn như Hà Nội, giá cả thuê nhà thường đắt đỏ hơn nhiều lần ở nông thôn, bên cạnh đó còn rất nhiều khoản chi phí phát sinh khác. Vấn đề tìm việc làm cũng rất gian nan, dù có rất nhiều công việc song cũng có không ít nguy cơ. Vì vậy, khi tới một thành phố lớn, bạn rất khó tìm được một nơi ở, một chỗ làm phù hợp với hoàn cảnh của mình nếu không tìm hiểu trước hoặc nhờ những người đi trước dẫn đường.

Trong trường hợp này, nếu bạn đã có trình độ phổ thông, bạn có thể đến các khu công nghiệp, các nhà máy để tìm kiếm cơ hội việc làm. Các nhà máy, doanh nghiệp thường tuyển dụng số lượng lớn lao động phổ thông, không yêu cầu trình độ quá cao và bạn có thể tìm được một công việc phù hợp. Nếu không, bạn có thể xin làm những công việc như bán hàng, giúp việc gia đình... Ngoài ra, bạn có thể tới các trung tâm giới thiệu việc làm uy tín để được giới thiệu công việc.

Về nơi ở, bạn nên tìm hiểu trước thông qua người thân, người quen đang sinh sống tại Hà Nội để được giới thiệu một nơi trọ phù hợp. Việc ở ghép với bạn bè hoặc người quen cũng là một cách giúp giảm bớt chi phí thuê nhà, tuy nhiên, cần tìm hiểu kỹ thông tin về tình hình an ninh trật tự, môi trường sống, các dịch vụ thiết yếu (chợ, bến xe buýt,...), các yêu cầu của chủ nhà trọ, đăng ký tạm trú và thỏa thuận trước về các chi phí sinh hoạt với người ở cùng.





*“Tôi quê ở Thanh Hóa, có 1 người con. Vì ở quê khó khăn, tôi vào Sài Gòn làm giúp việc gia đình. Công việc không quá vất vả và gia đình chủ rất tốt bụng. Tuy nhiên, tôi đi được hơn 1 tháng thì nhận được điện thoại từ nhà báo rằng một mình chồng tôi không thể đảm đương được tất cả công việc đồng áng, việc nhà cũng như chăm sóc con cái. Tôi rất bối rối, liệu tôi có nên nghỉ việc để về nhà không?”*

**Trả lời:**

Trước khi vào Sài Gòn, bạn chưa lường trước được sự việc trên. Bạn cần hiểu rằng, khi bạn đang là một lao động chính của gia đình, việc bạn đi xa sẽ khiến cho cuộc sống ở nhà bị đảo lộn, thiếu người lo toan việc nhà và chăm sóc gia đình. Nếu trước đó, bạn đã bàn bạc và chuẩn bị tư tưởng cho gia đình để mọi người hiểu được lý do tại sao bạn phải đi làm xa, động viên mọi người trong nhà cùng nhau cố gắng thì sẽ khiến cho những người ở nhà bớt đi cảm giác hụt hẫng và thiếu vắng, điều đó cũng giúp bạn yên tâm làm việc tại nơi xa.

Trong trường hợp này, bạn cần suy nghĩ kỹ lưỡng để đưa ra quyết định đúng đắn. Bạn đã làm việc được hơn 1 tháng, đang dần quen với công việc và nó mang lại một nguồn thu nhập ổn định để giúp đỡ gia đình. Vì vậy, trước tiên bạn nên gọi điện về để động viên mọi người trong nhà, sau đó hướng dẫn chồng các công việc để chồng bạn có thể làm việc dễ dàng hơn. Về vấn đề con cái, bạn có thể nhờ ông bà nội ngoại giúp đỡ, chăm sóc và dạy bảo chúng khi bạn đi làm xa. Một thời gian sau khi ổn định công việc, bạn có thể gửi thêm tiền về để ở nhà sắm thêm máy móc hỗ trợ công việc đồng áng. Tuy nhiên, quyết định cuối cùng vẫn phải dựa trên sự đồng thuận giữa bạn và chồng cũng như hỗ trợ từ người thân.



*Tôi quê ở Thái Bình, được người hàng xóm cho số điện thoại của một chị người quen đang làm tại Hà Nội, chị ấy giới thiệu cho tôi một công việc trên thành phố. Theo lời chị nói, tôi chuẩn bị mọi thứ và bắt xe lên Hà Nội. Khi đến bến xe, tôi gọi điện cho chị nhiều lần nhưng không thấy chị ấy nghe máy. Vì không quen ai nên không biết làm thế nào, tôi nên làm gì?”*

**Trả lời:**

Có nhiều nguyên nhân dẫn đến tình huống này: có thể người quen mà hàng xóm của bạn giới thiệu đang bận hoặc không thể nghe điện thoại

vào lúc đó; cũng có thể do bạn đã không liên lạc trước để kiểm tra thông tin và hẹn gặp cụ thể... Trong hoàn cảnh này, khi không thể gọi điện được cho người đó, bạn có thể liên lạc với người hàng xóm để giúp bạn liên hệ với người kia hoặc tạm thời giới thiệu một người khác có khả năng giúp đỡ bạn. Nếu người hàng xóm cũng không liên lạc được và bạn không quen biết ai, không có người hỗ trợ ở thành phố, bạn nên trở về quê. Đây là một bài học để bạn rút kinh nghiệm cho lần sau: cần chuẩn bị và tìm hiểu thông tin kỹ lưỡng hơn trước khi quyết định đi làm xa nhà.



*Tôi được hàng xóm rủ lên Hà Nội làm nghề thu mua đồng nát để mưu sinh. Tôi cần trang bị những gì để đảm bảo an toàn lao động cho mình?*

**Trả lời:**

Đặc trưng của nghề thu mua đồng nát là thường xuyên tiếp xúc với rất nhiều loại chất thải, phế phẩm, hóa chất trong đó có nhiều chất độc hại. Vì vậy, chị Hoa cần chuẩn bị đồ bảo hộ lao động như găng tay đủ dày và có thể chống thấm, khẩu trang, vật dụng tìm, bới phế liệu... Hơn nữa, công việc này thường xuyên phải di chuyển ngoài trời, với điều kiện thời tiết thất thường, nên rất dễ có nguy cơ mắc bệnh. Chị Hoa cần ăn uống và nghỉ ngơi hợp lý để đảm bảo sức khỏe.

**2. Làm thế nào để tìm được công việc phù hợp với năng lực, trình độ và hoàn cảnh của bản thân?**

Việc lựa chọn việc làm rất quan trọng. Người lao động nên chọn những công việc phù hợp với sức khỏe, trình độ, chuyên môn, độ rủi ro thấp. Trước khi lựa chọn công việc, người lao động nên tham khảo ý kiến, kinh nghiệm của những người quen, người đã từng làm công việc đó. Người lao động cũng nên có thuận rõ ràng với chủ lao động và đặc biệt nên có hợp đồng lao động giữa hai bên.



*Tôi quê ở Nghệ An, nghe Ủy ban xã thông báo thủy điện Sơn La cần tuyển người. Tôi rất muốn đăng ký tham gia, tôi cần chuẩn bị những gì trước khi nộp hồ sơ xin tuyển dụng?*

### Trả lời:

Đầu tiên bạn nên đọc kỹ thông tin tuyển dụng, xem vị trí đó có phù hợp nhu cầu và năng lực của bạn không. Tìm hiểu về công việc, môi trường làm việc qua người quen, bạn bè, và các kênh thông tin khác như báo chí, mạng Internet... Sau đó, nếu thấy phù hợp với mình, bạn cần chuẩn bị 1 bộ hồ sơ đầy đủ gồm các loại giấy tờ, thủ tục cần thiết theo yêu cầu tuyển dụng đã thông báo.

Thông thường, một bộ hồ sơ gồm có:

- (i) Sơ yếu lý lịch
- (ii) Đơn xin việc
- (iii) Giấy khai sinh
- (iv) Chứng minh thư
- (v) Giấy khám sức khỏe
- (vi) Bằng cấp chứng nhận trình độ học vấn

Ngoài những giấy tờ nêu trên, mỗi công ty sẽ có thêm những yêu cầu khác. Vì vậy, bạn nên đọc kỹ thông báo tuyển dụng để có thể chuẩn bị một bộ hồ sơ đầy đủ theo yêu cầu. Bạn cũng nên lưu ý thời hạn và địa điểm nộp hồ sơ để tránh gửi quá hạn hoặc thất lạc hồ sơ cho đơn vị tuyển dụng.



*Xã tôi có 2 công ty may đang tuyển nhân viên. Trong đó, công ty may Ước Mơ trả lương cao nhưng đặt ra những quy định khắt khe, còn công ty may An Bình không yêu cầu kinh nghiệm gì nhưng lại trả lương thấp hơn. Tôi phân vân không biết nên chọn công ty nào thì phù hợp?*

### Trả lời:

Đầu tiên, bạn cần xem kỹ các thông tin công ty đưa ra, xem họ có yêu cầu gì đặc biệt hay không. Vì một số công ty may chỉ tuyển người đã biết may hoặc phải học hết lớp 12, một số công ty khác thì không yêu cầu như vậy. Sau đó, bạn cần tìm hiểu về các yêu cầu công việc như thời gian làm ca, mức khoán sản phẩm,... để xem mình có đáp ứng được các yêu cầu đó không. Nếu phù hợp với công ty nào thì bạn nên xin vào công ty đó. Trái lại, nếu bạn chỉ tập trung vào những thông tin hấp dẫn như công ty này lương cao, công ty kia dễ tính thì có thể bạn sẽ chọn một công việc không phù hợp với khả năng của mình, thậm chí bạn sẽ không được công ty đó nhận vào làm vì không phù hợp.



*Vì gia đình khó khăn, sau khi học xong lớp 10, tôi và Minh rủ nhau lên thành phố tìm việc. Sau một tháng tìm kiếm nhiều nơi, dò hỏi nhiều người nhưng vẫn không kiếm được công việc thích hợp, Minh chán nản và bỏ về quê. Tôi có nên về theo Minh không hay tiếp tục ở lại?*

**Trả lời:**

Hiện nay, tìm được công việc phù hợp không hề dễ dàng. Người lao động ngoài việc trang bị kiến thức và kỹ năng, cần phải có sự kiên trì, không bỏ cuộc để tìm kiếm việc làm. Với trường hợp của bạn, vì mới học xong lớp 10 nên cũng khó xin việc hơn, do đó bạn cần kiên nhẫn tìm kiếm thêm việc qua các kênh thông tin khác nhau như người quen, bạn bè, báo, mạng Internet,... hoặc tự đăng tin tìm việc trên mạng. Bên cạnh đó, bạn cần trau dồi kiến thức và kỹ năng để dễ xin việc hơn. Trong trường hợp tài chính có hạn, bạn có thể làm một số công việc tạm thời, bán thời gian để có thêm thu nhập đủ để trang trải cuộc sống trước khi tìm được một công việc phù hợp.



*Trình độ của tôi chỉ mới học hết lớp 7, tôi muốn lên thành phố để đi làm trong các nhà máy. Xin hỏi, với trình độ này tôi có được nhận làm ở các nhà máy hay không?*

**Trả lời:**

Với trình độ hiện nay, bạn vẫn có thể xin vào các nhà máy để làm việc ở những vị trí không yêu cầu trình độ cao. Tuy nhiên, bạn nên củng cố kiến thức, kỹ năng làm việc, có tinh thần ham học hỏi, cầu tiến, thái độ làm việc nghiêm túc; tranh thủ thời gian rảnh học thêm các lớp bổ túc hoặc khóa học tay nghề... để có cơ hội việc làm tốt hơn trong các nhà máy, khu công nghiệp.



*Tôi lên thành phố và tìm được một công việc là chăm sóc người già với mức lương khá cao, lượng công việc vừa phải và điều kiện làm việc tốt. Tuy nhiên, do hoàn cảnh gia đình nên tôi thường xuyên phải về quê lo công việc. Gia đình chủ nhà không hài lòng khi tôi thường xuyên xin nghỉ như vậy. Tôi vẫn muốn làm công việc này, tôi nên làm gì để giải quyết vấn đề trên?*

**Trả lời:**

Bạn đã có một công việc tốt, nhưng công việc đòi hỏi bạn phải bỏ nhiều thời gian trong khi hoàn cảnh của bạn lại không cho phép. Điều này gây khó khăn cho cả hai phía là bạn và chủ nhà. Trong trường hợp này, bạn có thể tìm cách thương lượng, sắp xếp với nhà chủ để họ có thể giúp đỡ bạn bằng cách thuê một người làm việc theo giờ những lúc bạn nghỉ hoặc bố trí công việc để bạn làm hết trước khi về quê. Bạn cũng nên bàn bạc với người nhà để được hỗ trợ các việc riêng của gia đình. Tuy nhiên, nếu không thể thỏa thuận được, bạn nên tìm một công việc khác phù hợp với hoàn cảnh của mình hơn để vẫn có thời gian chăm lo việc gia đình.



*Tôi mới tốt nghiệp cấp 3, không thi được đại học nên lên Hà Nội kiếm việc làm. Bạn bè, người quen giới thiệu cho tôi rất nhiều công việc nhưng tôi không muốn nhận vì đó đều là công việc phổ thông, vất vả lương lại không cao. Tôi nên chọn một công việc bất kì hay đợi đến khi có việc như ý?*

**Trả lời:**

Bạn mới tốt nghiệp cấp 3, chưa qua bất kỳ lớp đào tạo nghề nào nên khó có thể tìm được công việc được trả mức lương cao vì đa phần những công việc đó cần người có trình độ phù hợp. Lúc này, bạn cần nhận thức đúng trình độ và khả năng của bản thân để lựa chọn công việc lao động phổ thông phù hợp. Bạn cũng có thể tham gia lớp học nghề hay thi vào các trường cao đẳng, trung cấp để được đào tạo chuyên môn. Khi có kinh nghiệm và trình độ tốt, bạn sẽ tìm được một công việc tốt hơn với mức lương mong muốn.



*Người quen của tôi đang làm việc tại một quán bar thì phải nghỉ việc, người đó giới thiệu tôi làm thay mình với lời hứa lương cao. Song tôi băn khoăn vì sợ sẽ “mang tiếng” khi làm việc tại quán bar. Tôi có nên nhận làm công việc này không?*

**Trả lời:**

Trước khi nhận lời làm thay, bạn nên tìm hiểu kỹ về môi trường làm việc của mình. Quán bar là môi trường rất phức tạp, người lao động phải chuẩn bị tâm lý và trang bị những kỹ năng phù hợp để tránh khỏi những nguy cơ có thể xảy ra. Nếu thấy rằng mình không phù hợp với môi trường này thì bạn tìm một công việc khác, ví dụ như bán hàng hoặc làm việc tại các nhà máy.

### 3. Những nguy cơ, rủi ro lao động xa nhà gặp phải và cách để giảm thiểu những rủi ro đó?

Người đi làm ăn xa không chỉ trải nghiệm những khó khăn trong cuộc sống khi xa nhà, mà còn dễ sa vào những cám dỗ, cám dỗ nếu tâm lý không đủ vững vàng. Ví dụ như nam giới có thể rơi vào một số tệ nạn như uống rượu, ma túy, đánh bài, cờ bạc. Còn với nữ giới có thể sa vào các tệ nạn ma túy hoặc mại dâm. Bên cạnh đó, họ còn có thể bị quấy rối và lạm dụng tình dục bởi người sử dụng lao động và những kẻ xấu khác. Nếu thiếu các kỹ năng sống, kiến thức và kinh nghiệm, người lao động xa nhà rất dễ bị lừa, bị mua bán hoặc sa đà vào các tệ nạn xã hội nói trên.



*Tôi làm việc tại một nhà máy đóng giày. Trong một lần đi làm, một quản lý nam gọi tôi vào vào phòng để trao đổi công việc, khi vào phòng, người đó có những hành động sàm sỡ, động chạm với tôi. Khi tôi chống cự, người đó dọa rằng sẽ cho tôi nghỉ việc nếu tôi nói ra, và tôi cũng rất ngại nên không dám nói với ai trong nhà máy. Tôi phải làm gì khi gặp tình huống này?*

#### Trả lời:

Bạn đang phải đối mặt với những hành vi quấy rối tình dục tại chính nơi làm việc. Trường hợp của bạn cũng là một tình huống người lao động rất hay gặp phải, đặc biệt là lao động xa nhà. Chắc chắn bạn rất hoang mang và sợ hãi, nhất là khi bị đe dọa bởi cấp trên của mình.

Để giải quyết vấn đề này, đầu tiên bạn cần tìm cách ra ngay khỏi khu vực bị quấy rối. Sau đó, hãy tìm sự giúp đỡ từ bên ngoài, trong trường hợp khẩn cấp, hãy gọi số 113 để báo ngay cho cảnh sát. Bên cạnh đó, bạn không nên e ngại khi nói ra điều này, vì bạn là người bị hại và cần được bảo vệ. Việc bạn nói ra không chỉ để được người khác giúp đỡ mà đó cũng chính là cách giúp những người khác tránh gặp phải tình huống tương tự.



*Tôi có người quen mới xuống Hà Nội và muốn làm nghề bán hàng rong. Tuy nhiên, tôi nghe nói bán hàng rong ở đây thường xuyên bị công an hoặc những người làm công tác an ninh bắt. Vậy chị ấy cần phải làm gì để không gặp phải những điều đó?*

**Trả lời:**

Để không gặp phải những vấn đề nêu trên, người bán hàng cần biết những quy định về việc bán hàng rong, đồng thời nên hỏi kinh nghiệm của những người bán hàng rong đã làm lâu năm. Ngoài ra, trên các tuyến phố cũng thường có biển báo, biển cấm nêu rõ các khu vực cấm và những nơi được phép bán hàng rong. Khi biết và thực hiện đúng quy định, người bán hàng sẽ không lo sẽ bị công an bắt nữa.



*Tôi đang là sinh viên năm nhất tại Hà Nội. Do chi phí ăn ở, học phí tốn kém nên tôi muốn đi làm thêm để kiếm tiền trang trải cuộc sống, đỡ đần cha mẹ. Được một công ty môi giới việc làm vào tận trường tiếp thị, không mấy may nghi ngờ tôi đóng ngay 500 000 đồng lệ phí để đi bán sim điện thoại. Hôm sau, tôi đến đúng địa chỉ được giới thiệu thì mới biết mình đã bị lừa vì không hề có công ty như vậy. Tôi nên làm gì?*

**Trả lời**

Do chủ quan, hấp tấp, vội vàng và không tìm hiểu thông tin, bạn đã đóng lệ phí cho những người môi giới mà không xác minh cơ hội việc làm có thật hay không. Đây là điều mà những bạn mới ra thành phố thường gặp phải do nhẹ dạ cả tin và thiếu kỹ năng phân tích vấn đề. Với tình huống trên, rất khó để lấy lại số tiền đã mất vì công ty được nhắc đến không hề tồn tại. Bạn nên coi đây là một bài học để rút kinh nghiệm cho những lần sau, đó là cần phân tích và xác thực thông tin trước khi làm một việc gì. Tuy nhiên, bạn cũng có thể giúp các bạn khác tránh khỏi vấn đề này bằng cách tuyên truyền cho mọi người hoặc thông báo cho nhà trường và cơ quan công an khu vực để họ giải quyết vấn đề một cách triệt để.



*Anh Nam quê Hải Hậu, Nam Định, đã có vợ và hai con. Anh lên Hà Nội làm công nhân cơ khí với mức lương 4 - 5 triệu đồng/tháng. Ban đầu, công việc diễn ra suôn sẻ nhưng ba tháng gần đây việc ít, công nhân không có việc gì làm. Chán nản, anh Nam thường xuyên chơi bài bạc, lô đề. Những lúc thắng anh cùng đám bạn đi vui chơi với gái mại dâm mà hoàn toàn không sử dụng bao cao su. Anh Nam sẽ gặp phải những nguy cơ gì?*

**Trả lời:**

Anh Nam có nguy cơ cao mắc các bệnh lây truyền qua đường tình dục như viêm gan B, HIV/AIDS, lậu, giang mai... Ngoài ra, việc chơi bời lêu đẽ cờ bạc cũng sẽ khiến anh Nam cạn kiệt tài chính, không có tiền gửi về gia đình và ngày càng lún sâu vào các tệ nạn xã hội.

Để thoát khỏi điều này, anh Nam cần quyết tâm từ bỏ những thú vui không lành mạnh, tránh xa những người bạn xấu. Nếu công việc tại công ty cũ không tiến triển, anh Nam nên tìm một công việc khác có thu nhập ổn định hơn, điều này sẽ giúp giảm bớt thời gian nhàn rỗi hiện có để anh Nam tập trung vào công việc của mình.

**4. Giải quyết những khó khăn xảy ra khi làm việc xa nhà bằng cách nào?**

Trong công việc, nhất là những công việc lao động tự do thường phát sinh rất nhiều tình huống mà người lao động khó có thể lường trước được. Người lao động cần có kỹ năng xử lý tình huống tốt để giải quyết các vấn đề mình gặp phải một cách linh hoạt.



*Tôi ra thành phố bán hàng rong nhưng chưa biết mỗi hàng ở đâu và bán hàng ở chỗ nào cho phù hợp và đắt khách. Tôi nên hỏi hoặc nhờ cậy ai?*

**Trả lời:**

Khi mới ra thành phố lớn làm việc, khó khăn là điều không tránh được. Vì vậy, để giảm bớt khó khăn, bạn nên hỏi kinh nghiệm từ những anh chị em đã làm việc lâu ở thành phố. Cùng với đó, bạn cũng nên chấp nhận mua đất bán rẻ trong thời gian đầu để tạo lấy mối hàng quen, dần dần sẽ thương lượng với nhà buôn để được giảm giá hoặc tìm ra được các mối hàng tốt, giá hợp lý. Ngoài ra, để tiếp cận với nhiều khách hàng và tạo một lượng khách quen nhất định, bạn nên tạo sự thân thiện, cởi mở với khách hàng của mình.



*Cô Hòa làm công việc chăm sóc con cho một gia đình ở Hà Nội. Trong thời gian chăm sóc đứa trẻ, không may đứa trẻ bị sốt rất cao, quấy khóc mặc dù cô Hòa luôn chăm sóc rất chu đáo. Tuy nhiên, chủ nhà không phân biệt đúng sai mà đổ hết mọi tội lỗi lên cô Hòa, mắng mỏ thậm tệ, bắt cô nghỉ việc và không trả lương cho cô. Cô Hòa phải làm gì để giải quyết tình huống này?*



**Trả lời:**

Đầu tiên, cô Hòa cần bình tĩnh cùng gia đình đưa đứa trẻ đến bệnh viện để được bác sĩ điều trị, chăm sóc và xác định rõ ràng nguyên nhân gây bệnh. Nếu nguyên nhân không phải do cô thì cô không phải chịu trách nhiệm gì. Cô Hòa có thể yêu cầu gia đình xin lỗi và trả lương trước khi cô nghỉ việc theo đúng hợp đồng hoặc thỏa thuận trước đó của hai bên.

**5. Tìm kiếm thông tin, địa chỉ hỗ trợ lúc khẩn cấp bằng cách nào?**

Rất nhiều người lao động xa nhà gặp phải không ít tình huống dở khóc, dở cười nhưng không biết tìm đến địa chỉ nào để được hỗ trợ. Có những trường hợp họ hoàn toàn thiếu thông tin, nhưng cũng có những trường hợp bị nhiễu thông tin, hoang mang, lo sợ, nghi ngờ vì không biết địa chỉ nào có thể tin tưởng để tìm kiếm sự hỗ trợ.

Ở các thành phố lớn như Hà Nội, Sài Gòn và một vài tỉnh khác tập trung đông người lao động xa nhà thường có các trung tâm, tổ chức nhà nước, tổ chức phi chính phủ hỗ trợ, tư vấn miễn phí cho người lao động. Nếu vì nhiều lý do người lao động không thể đến trực tiếp các địa chỉ này thì hoàn toàn có thể liên hệ với các đường dây nóng (Hotline) để được trợ giúp.



*An quê ở Quảng Ninh, được bạn thân rủ vượt biên sang Trung Quốc để làm việc tại một nhà hàng lớn. Sang đến nơi An bị nhốt lại và tịch thu hết tiền bạc, giấy tờ tùy thân. An được bà chủ thông báo rằng bạn của An đã vay bà một số tiền lớn, vì không trả được nợ nên đã gán An để trả món nợ đó. An phải làm gì để thoát khỏi đây?*

**Trả lời:**

An cần bình tĩnh tìm hiểu xem xung quanh có người nào cũng rơi vào hoàn cảnh giống mình không để cùng nhau bàn cách giải quyết. An nên trao đổi kỹ để xem ai có thể tin tưởng và giúp đỡ mình thoát khỏi đây. Ngoài ra, An cần tìm cách để liên hệ với người nhà qua điện thoại, Internet... để được hỗ trợ thoát khỏi tình huống nguy hiểm này. Nếu có cơ hội hãy tới ngay cơ quan công an khu vực gần nhất để được hỗ trợ.



*Tôi đã ly hôn, cùng con trai hơn 3 tuổi lên Hà Nội tìm việc kiếm sống. Nhờ đồng hương giới thiệu, tôi được nhận vào phục vụ một quán ăn trên phố cổ. Tuy nhiên, tôi đang gặp khó khăn trong việc xin cho con vào học một trường mầm non công lập. Tôi phải giải quyết khó khăn này như thế nào?*

**Trả lời:**

Đây là một thực tế khá phổ biến đối với con cái của lao động di cư. Để giải quyết vấn đề này, bạn có thể làm đơn xin xác nhận của địa phương nơi đăng ký thường trú và tạm trú về hoàn cảnh khó khăn của bản thân để được giúp đỡ, tạo điều kiện cho con trai đi học.

Trong trường hợp quá khó khăn, bạn có thể xin cho con vào học trường tư song phải tìm hiểu kỹ thông tin về uy tín của trường, chất lượng giảng dạy, điều kiện chăm sóc và học phí phù hợp với thu nhập của bản thân. Bạn cũng có thể gửi con vào những trường học dành riêng cho con cái của những người lao động di cư tại Hà Nội. Ví dụ: Mái ấm 19/5 tại Phúc Xá, Ba Đình, Hà Nội...

**6. Một số lưu ý dành cho lao động xa nhà khi tìm kiếm và lựa chọn việc làm?**

Ngoài những nội dung được đề cập ở trên, có nhiều vấn đề lao động xa nhà nên lưu ý khi tìm kiếm và lựa chọn việc làm để tránh gặp phải những rắc rối cho bản thân.



*Ngân (16 tuổi) lên Hà Nội tìm việc. Ngân được giới thiệu vào làm thợ gội đầu cho một quán cắt tóc nhỏ. Theo như giới thiệu của chủ cửa hàng, đây là công việc nhàn hạ, không đòi hỏi tay nghề cao mà thu nhập rất hấp dẫn. Ngân có nên đồng ý ngay với công việc này không?*

**Trả lời:**

Với những bạn gái trẻ tuổi, khi lên thành phố tìm việc rất dễ gặp phải những cạm bẫy. Đã có không ít trường hợp, những bạn gái trẻ đồng ý với những lời mời hấp dẫn như việc nhàn, lương cao và sau đó bị rơi vào ổ mại dâm, hoặc phải làm những công việc trái đạo đức, trái pháp luật. Cần lưu ý rằng, tiền lương sẽ được trả tương xứng với sức lao động, sẽ không có công việc nào trả lương cao mà không đòi hỏi gì ở bạn. Vì vậy, khi nhận được những lời mời hấp dẫn, các bạn nên đặt câu hỏi “tại sao lại có công việc như vậy?” hoặc “mình sẽ làm việc cụ thể gì?”. Đồng thời, nên tìm kiếm thêm thông tin về công việc đó và nơi làm việc qua mạng hoặc người quen.

Trong tình huống này, Ngân nên tìm hiểu kỹ thông tin và trao đổi rõ ràng, cụ thể về những công việc Ngân phải làm để chắc chắn rằng đó là một

công việc chân chính, mức lương có đúng với những gì chủ cửa hàng đã nói hay không. Hơn nữa, Ngân cũng cần cân nhắc xem bản thân có phù hợp với nghề đó không và nếu quyết định làm thì Ngân cần tra cứu đôi thêm những kiến thức và kỹ năng gì.

?

*Chị Xuyên 32 tuổi (Phú Thọ) được người quen giới thiệu nên nhanh chóng được nhận vào giúp việc trong một gia đình khá giả tại thành phố. Mức lương được thỏa thuận và thống nhất bằng miệng giữa chủ nhà và chị Xuyên là 3 triệu đồng. Đến cuối tháng, chủ nhà chỉ trả chị 1,5 triệu với lý do: chị mới trong thời gian thử việc và chủ nhà chưa thấy hài lòng vì những gì chị Xuyên đã làm. Chị Xuyên rất áy náy nhưng không biết làm thế nào để đòi được số lương còn lại. Chị Xuyên nên làm thế nào và cần lưu ý gì để lần sau tránh gặp phải trường hợp như trên?*

**Trả lời:**

Chị Xuyên nên tìm đến những địa chỉ hỗ trợ tư vấn luật cho người lao động để được tư vấn cách giải quyết. Nếu có thể, chị nên dừng làm việc tại đó và chuyển gia đình khác hoặc làm công việc khác phù hợp hơn.

Để tránh gặp phải những trường hợp tương tự trước khi bắt đầu làm việc, chị Xuyên nên trao đổi kĩ và xem xét các yêu cầu công việc và mức lương và cần kí hợp đồng lao động rõ ràng với chủ nhà.

?

*Anh Thọ lên Hà Nội mưu sinh bằng nghề bốc vác, cửi vụn tại chợ Long Biên. Công việc phần lớn phải làm vào ban đêm, rất nặng nhọc và vất vả. Anh Thọ phải làm gì để thích nghi và làm tốt công việc đó?*

**Trả lời:**

Khi thay đổi môi trường làm việc, cần một khoảng thời gian nhất định để người lao động thích nghi và thay đổi dần thói quen sinh hoạt. Vì làm công việc nặng nhọc, chủ yếu vào ban đêm nên anh Thọ cần có chế độ nghỉ ngơi hợp lý như tranh thủ thời gian nghỉ ngắn trong ca làm việc, ngủ bù vào ban ngày, ăn uống đầy đủ, vệ sinh... Ngoài ra, anh Thọ cần lựa chọn khu nhà trọ yên tĩnh, đảm bảo vệ sinh môi trường để chăm sóc sức khỏe của mình tốt hơn.



# **PHẦN II**

# **KỸ NĂNG**

# **LÀM VIỆC HIỆU QUẢ**



Có thể nói, thị trường lao động đang ở vào giai đoạn cạnh tranh khốc liệt khi yêu cầu công việc ngày một tăng cao cộng thêm sự mở cửa đối với một số lao động nước ngoài có tay nghề, trình độ sang Việt Nam làm việc. Nguồn nhân lực trong nước khá dồi dào song một lượng lớn lao động lại không đáp ứng được yêu cầu của công việc. Đặc biệt, những lao động phổ thông, sống xa nhà gặp nhiều khó khăn hơn cả. Tìm được công việc đã khó, giữ được và làm tốt công việc lại càng khó hơn. Làm thế nào để làm việc một cách hiệu quả là một câu hỏi lớn mà nhiều người lao động băn khoăn.

Công việc dành cho người lao động xa nhà khá phong phú, đa dạng, hầu hết là những công việc tự do, lao động phổ thông, làm công nhân trong các nhà máy, khu công nghiệp... Khi làm việc trong một môi trường có nhiều người sẽ có nhiều va chạm, nhiều vấn đề phát sinh đòi hỏi người lao động phải giải quyết một cách linh hoạt. Khi đó những kiến thức về trình độ chuyên môn chưa đủ để giúp người lao động giải quyết được vấn đề. Nếu bản thân người lao động có nhiều kinh nghiệm sống và kỹ năng tốt sẽ giúp họ giải quyết vấn đề tốt hơn và thuận lợi hơn trong công việc.

Trình độ, bằng cấp là nền tảng, điều kiện quan trọng giúp người lao động tìm được việc làm tốt nhưng để làm việc hiệu quả đòi hỏi người lao động cần có thêm những kỹ năng cần thiết như kỹ năng giao tiếp, thích nghi với môi trường, kỹ năng làm việc nhóm...

Những năm gần đây, người sử dụng lao động bắt đầu quan tâm nhiều tới việc người lao động ngoài trình độ tốt, phù hợp công việc ra cần có thêm những kỹ năng mềm khác. Do đó, người lao động có kỹ năng tốt sẽ là có lợi thế trong tìm kiếm và lựa chọn công việc theo nhu cầu mong muốn của mình.

Vậy những kỹ năng nào sẽ giúp người lao động tự tin hơn, có nhiều cơ hội việc làm hơn và làm việc thật sự hiệu quả hơn? Đó là câu hỏi mà rất nhiều người lao động quan tâm. Có rất nhiều yếu tố giúp người lao động làm việc tốt, tuy nhiên người lao động nên trang bị cho mình những kỹ năng cơ bản sau: kỹ năng giao tiếp tốt, khả năng thích nghi cao, sử dụng internet thành thạo, làm việc nhóm tốt và biết cách quản lý thời gian.

## 1. Tại sao người lao động cần có khả năng linh hoạt, thích nghi tốt?

Làm việc xa nhà đồng nghĩa với việc người lao động phải đối mặt với một cuộc sống mới, lạ lẫm, bỡ ngỡ, công việc mới và có thể thay đổi thường xuyên. Do đó, người lao động phải có khả năng linh hoạt, thích nghi cao.



*Hùng quê ở Thanh Hóa được người thân giới thiệu vào Đắk Lắk để trồng cao su. Từ ngày vào, khí hậu nắng nóng, khác biệt nhiều với Thanh Hóa nên Hùng thường hay ốm đau, không thể làm việc được. Hùng phân vân không biết có nên bỏ việc không?*

### Trả lời:

Khi chuyển vào làm tại Đắk Lắk, Hùng đã không thể ngay lập tức thích nghi với thời tiết, khí hậu và cuộc sống tại đây vì vậy Hùng không đảm bảo được sức khỏe tốt để làm việc. Trong trường hợp này, Hùng nên đi khám để xem tình trạng này chỉ là do mới vào chưa kịp thích nghi hay có vấn đề gì khác. Hùng nên cố gắng một thời gian để xem có thể thích nghi với môi trường này hay không, nếu sau đó vẫn không có gì thay đổi, Hùng nên tìm việc ở một nơi khác có khí hậu phù hợp hơn.



*Chị Thu (Vĩnh Phúc) vào Quảng Bình làm nhân viên phục vụ cho một nhà hàng lớn. Đặc thù công việc đòi hỏi chị Thu phải giao tiếp nhiều với khách hàng nhưng do hầu hết khách hàng đều nói giọng địa phương rất khó nghe, khiến chị Thu gặp rất nhiều khó khăn trong công việc. Chị Thu phải làm gì để có thể giải quyết khó khăn này?*

### Trả lời:

Với khó khăn này, chị Thu nên giao tiếp nhiều hơn với đồng nghiệp, những người dân bản địa ở đây. Ban đầu có thể nhờ họ nói chậm để dễ nghe, dễ hiểu. Khi quen dần và giao tiếp nhiều, chị Thu sẽ có thể giao tiếp tốt với khách hàng.

## 2. Giao tiếp tốt có ý nghĩa như thế nào đối với người lao động xa nhà?

Trong cuộc sống, đặc biệt là trong công việc, kỹ năng giao tiếp giữ một vai trò hết sức quan trọng. Giao tiếp tốt đồng nghĩa với việc người lao động sẽ có nhiều mối quan hệ tốt, tại nơi ở và nơi làm việc, tạo ấn tượng tốt và nhờ đó có thể tìm được việc làm phù hợp hoặc đạt hiệu quả cao hơn trong công việc.





*Tôi lên Hà Nội làm nhân viên phục vụ cho một quán ăn trên phố cổ. Có một khách hàng khá khó tính đến ăn tại quán nơi tôi đang làm việc. Họ không hài lòng với đồ ăn và đã có thái độ không tốt với tôi. Quá nóng giận và không kiềm chế được cảm xúc, tôi đã lớn tiếng với khách hàng nên bị đuổi việc ngay hôm đó. Tôi đã sai hay do lỗi tại vị khách đó?*

**Trả lời:**

Trong tình huống trên, cả hai bên đều có lỗi. Phía khách hàng không nên có thái độ không lịch sự như vậy, họ có thể góp ý một cách tích cực với nhà hàng để nhà hàng sửa đổi.

Về phía bạn, là một nhân viên phục vụ bạn cũng nên hiểu công việc chính là phục vụ khách hàng của mình với sự nhiệt tình, thái độ nhã nhặn. Khi gặp tình huống trên, tốt hơn hết bạn nên nói chuyện và giải thích cho khách hàng của mình. Bạn có thể khéo léo xoa dịu khách hàng bằng việc nói chuyện một cách bình tĩnh. Ở đây, bạn còn thiếu kỹ năng giao tiếp, xử lý tình huống nên đã gây ra hậu quả không tốt và chính bản thân bạn phải gánh chịu hậu quả. Đây là bài học để bạn rút kinh nghiệm trong công việc và cuộc sống.



*Chị Hương (Phú Thọ) xin vào làm công nhân tại khu công nghiệp Nội Bài. Trong quá trình làm việc, chị Hương thường xuyên có mâu thuẫn với những công nhân khác. Chị Hương nên làm gì để thay đổi điều này?*

**Trả lời:**

Chị Hương thiếu kỹ năng giao tiếp và ứng xử với mọi người nên không hiểu nhau và không tìm được tiếng nói chung với các công nhân khác, dẫn tới mâu thuẫn, ảnh hưởng đến công việc. Để cải thiện điều này, chị Hương nên tham gia các hoạt động chung, tham gia các đoàn thể trong doanh nghiệp, khu công nghiệp để giao tiếp, trao đổi nhiều hơn với đồng nghiệp. Đồng thời phải học cách kiềm chế cảm xúc và có cách ứng xử hài hòa hơn với mọi người xung quanh.



*Trong nhà máy của Na tập trung rất đông người lao động ngoại tỉnh và đa số họ cùng quê Thái Bình với Na. Tuy nhiên, do Na sống khép kín, ít giao tiếp với người khác nên chị Na gần như bị mọi người lãng quên, dần cô lập với tập thể. Na có nên tham gia “hội đồng hương” hay không?*

**Trả lời:**

Na nên cởi mở hơn, trò chuyện nhiều hơn với những người xung quanh, không chỉ với riêng các bạn cùng quê mà cả các đồng nghiệp khác trong cùng nhà máy, hàng xóm gần nhà. Tham gia vào hội đồng hương cũng là một cách hay để Na hòa nhập và gần gũi hơn với mọi người. Ngoài ra, Na có thể tham gia thêm các câu lạc bộ hoặc các hoạt động tập thể để rèn luyện sự tự tin, mạnh dạn.

**3. Sử dụng thành thạo Internet mang lại lợi ích gì cho lao động xa nhà?**

Trong thời đại công nghệ thông tin, việc người lao động xa nhà sử dụng thành thạo Internet sẽ là cơ hội để họ có thể tiếp cận nhiều nguồn thông tin về văn hóa, xã hội và đặc biệt nâng cao cơ hội việc làm.



*Hoa là nhân viên bán hàng cho một đại lý lớn của gia đình người quen trên Hà Nội. Do Hoa nhanh nhẹn, ngoan ngoãn nên bà chủ rất tin tưởng và yêu quý muốn cho Hoa quản lý sổ sách, thu chi của cửa hàng. Tuy nhiên, các thông tin nhập, xuất hàng đều quản lý trên máy tính nhưng Hoa không biết sử dụng, điều này khiến Hoa rất bối rối. Hoa nên làm gì?*

**Trả lời:**

Đây là cơ hội tốt để cho Hoa vừa có một vị trí làm việc mới tốt hơn, vừa tăng thêm thu nhập. Tạm thời, Hoa có thể tìm hiểu cách sử dụng máy tính qua sách, báo, mạng Internet, nhờ người chủ hướng dẫn trực tiếp... Sau đó Hoa nên tham gia một khóa học tin học văn phòng, tranh thủ thời gian ngoài giờ làm việc để có thể làm tốt nhiệm vụ, công việc mới được giao. Vừa học vừa áp dụng khi làm việc sẽ giúp Hoa nhanh chóng sử dụng tốt máy tính và các phần mềm cần thiết cho công việc.



*Tôi thấy mọi người nói rằng, dùng Internet cũng có thể làm được nhiều việc, thậm chí có thể kiếm ra tiền. Tôi cũng biết sử dụng máy tính và soạn thảo bằng phần mềm tin học văn phòng nhưng khi lên mạng, nếu không có việc tôi chỉ vào một số trang web đọc báo và nghe nhạc. Hãy cho tôi biết cách sử dụng máy tính và mạng Internet một cách hiệu quả?*

**Trả lời:**

Mạng Internet là một kho kiến thức khổng lồ để bạn có thể tìm hiểu, học hỏi. Rất nhiều khóa học trực tuyến cũng được cung cấp miễn phí hoặc giá rẻ trên mạng, đặc biệt là các khóa học tiếng Anh và kỹ năng. Ngoài công dụng để cập nhật tin tức và giải trí như bạn vẫn dùng, Internet còn là kênh thông tin rất rộng để kết nối mọi người. Nhiều bạn trẻ hiện nay sử dụng Internet như một kênh bán hàng trực tuyến, tham gia các cuộc thi, đóng góp các bài viết ... Với những công việc đó, các bạn có thể có thêm thu nhập từ việc sử dụng hữu ích máy tính và mạng Internet. Ngoài ra, khi bạn gặp phải rắc rối hoặc khó khăn gì, bạn cũng có thể lên mạng tìm kiếm thông tin hỗ trợ, đọc những bài viết được chia sẻ bởi những người có hoàn cảnh tương tự để tìm ra cách giải quyết phù hợp với vấn đề của mình.

**4. Kỹ năng sử dụng các công cụ lao động trong gia đình**

Hiện nay, hầu hết các gia đình đều sử dụng các loại máy móc hỗ trợ hiện đại, do đó người làm giúp việc cần có những kiến thức và hiểu biết cơ bản cách sử dụng các loại máy móc đó, giúp cho công việc hiệu quả hơn.



*Tôi vào Sài Gòn làm giúp việc gia đình nhưng khi được nhận vào một gia đình khá giả, tôi hoàn toàn lúng túng và choáng ngợp vì các trang thiết bị hiện đại trong gia đình như tủ lạnh, máy giặt, lò vi sóng, bếp từ... Tôi không biết sử dụng thế nào và rất lo mình sẽ làm hỏng những thứ đồ đó. Tôi cần làm gì để có thể làm tốt công việc của mình?*

**Trả lời:**

Khi đã xác định làm giúp việc gia đình, trước tiên bạn nên tìm hiểu qua người quen hoặc tham gia một khóa học hướng dẫn sử dụng các trang thiết bị trong gia đình. Hiện nay, tại các thành phố lớn, có nhiều công ty cung cấp dịch vụ giúp việc gia đình tổ chức các khóa học ngắn, đào tạo kỹ năng làm việc cho người lao động.

Với trường hợp hiện tại của bạn, cách nhanh nhất là hãy nhờ chủ nhà hướng dẫn cách sử dụng các trang thiết bị trong nhà. Nếu có sách hướng dẫn sử dụng thì đọc tham khảo để hiểu rõ hơn. Trong quá trình làm việc, bạn nên cẩn thận khi sử dụng những thiết bị đó, chỗ nào chưa rõ hãy hỏi chủ nhà để tránh làm hỏng đồ đạc trong nhà.

## **5. Kỹ năng làm việc nhóm có quan trọng không?**

Có rất nhiều công việc đòi hỏi người lao động làm việc nhóm, từ những việc lao động phổ thông như xây dựng, chuyển nhà, dọn đồ chuyển văn phòng cho tới làm trong các khu công nghiệp, nhà máy. Do đó, người lao động xa nhà cần trang bị cho bản thân kỹ năng làm việc nhóm thật tốt để tăng hiệu quả công việc và tiết kiệm thời gian, công sức



*Anh Thi làm nghề xe kéo ở chợ Long Biên. Có một chuyến hàng trọng tải lớn đang cần vận chuyển gấp nên anh Thi gọi thêm anh Kiều tới làm cùng. Vì lần đầu làm việc chung nên hai anh loay hoay, mất rất nhiều thời gian để chuyển xong chuyến hàng đó. Hai anh cần làm gì để làm việc nhanh hơn.*

### **Trả lời:**

Thông thường, anh Kiều và anh Thi chỉ làm việc một mình với lượng hàng nhỏ nên khi cùng nhau vận chuyển một số lượng hàng lớn, hai anh không có sự phối hợp ăn ý, làm giảm năng suất làm việc. Vì vậy, các anh cần biết cách phân bổ công việc, ví dụ khi anh Thi xếp hàng lên xe thì anh Kiều sẽ lắp thêm các thanh chắn vào để hàng hóa không bị cồng kềnh, xô lệch. Khi các anh biết phân bổ công việc hợp lý thay vì cả hai cùng làm một việc thì hiệu quả công việc sẽ tăng lên, các anh sẽ không mất nhiều thời gian như trong tình huống trên nữa.



*Nhà máy sản xuất giấy vệ sinh nơi chị Thoa làm việc phân công công nhân làm việc và tính sản lượng theo nhóm. Nhóm của chị Thoa có đến 5 người nhưng thường xuyên là nhóm có sản lượng thấp nhất nhà máy. Làm thế nào để nhóm chị Thoa tăng sản lượng như các nhóm khác?*

### **Trả lời:**

Khi một nhóm nhiều người cùng nhau làm việc, mỗi người sẽ là một mắt xích quan trọng trong quá trình sản xuất. Chỉ cần một người không tập

trung cũng sẽ làm ảnh hưởng tới năng suất của cả nhóm. Vì vậy, nhóm chị Thoa cần phân công công việc phù hợp với từng người, người nào có thể mạnh, ưu điểm tại công đoạn nào sẽ phụ trách công đoạn đó. Như vậy mới có thể nâng cao năng suất lao động của cả nhóm. Đặc biệt, các thành viên trong nhóm cần hết sức tập trung vào công việc mình phụ trách để không làm giảm năng suất của nhóm



*Chị Trinh đi thu mua đồng nát được một văn phòng điện lực gọi vào dọn dẹp, thanh lý đồ cuối năm. Thấy có nhiều đồ, chị Trinh rủ thêm 1 chị vào thu mua cùng. Tuy nhiên, sau khi gom lại, chỉ có một mình chị Trinh quét dọn, còn chị kia mang đồ đi bán trước. Cuối ngày, chị kia yêu cầu được chia phần nhiều hơn với lý do là mình có công mang đồ đi bán. Chị Trinh phải làm gì để giải quyết tình huống trên?*

**Trả lời:**

Chị Trinh cần giải thích rõ với người bạn của mình rằng việc phân công công việc như vậy là để có thể làm nhanh chóng và hiệu quả hơn. Nếu chị Trinh không dọn dẹp toàn bộ văn phòng thì chị kia cũng không thể chuyển đồ đi bán khi chưa dọn dẹp xong. Vì vậy, công sức của hai người là như nhau, số tiền bán được hai chị nên chia đôi hoặc nếu chênh lệch thì phải có thỏa thuận từ trước.

**6. Để cân bằng công việc và cuộc sống, người lao động cần có những kỹ năng gì?**

Có một kỹ năng rất quan trọng với người lao động đó là kỹ năng cân bằng cuộc sống. Đây là việc mà nhiều người không thể thực hiện được khi bị cuốn vào vòng xoáy công việc hiện nay. Nhiều người lao động không còn thời gian để gặp gỡ gia đình, bạn bè, hẹn hò hay đơn giản là nghỉ ngơi, đảm bảo sức khỏe cho chính mình.



*Hà tốt nghiệp cấp 3 xong lên Hà Nội làm công nhân cho khu công nghiệp. Công việc làm theo ca rất vất vả khiến Hà cứ đi làm xong là về nhà đóng kín cửa phòng đi ngủ, không có thời gian đi chơi, vui vẻ với bạn bè. Hà nên làm gì để khắc phục tình trạng trên?*

**Trả lời:**

Vì công việc quá nhiều và chưa biết cách sắp xếp, cân bằng thời gian giữa công việc và nghỉ ngơi nên Hà đã rơi vào tình trạng chỉ biết đi làm, về

nhà ngủ và rồi lại đi làm. Nếu cứ lặp lại những việc đó hàng ngày, hàng tuần thì Hà sẽ sớm bị stress. Vì vậy, Hà nên dành ra một khoảng thời gian để gặp gỡ bạn bè, ví dụ những ngày không làm tăng ca, Hà có thể rủ bạn bè đi uống nước, nói chuyện, chia sẻ công việc và cuộc sống. Hà cũng cần tăng cường giao tiếp, trò chuyện với người xung quanh như bạn bè ở cùng khu trọ, hàng xóm, trong khu dân cư... Tham gia vào các hoạt động tập thể, các đoàn thể tại nơi ở và nơi làm việc cũng là một cách tốt để cân bằng cuộc sống và mở rộng các mối quan hệ của bản thân.



*Nghĩa (23 tuổi) quê ở Bắc Ninh làm công nhân xây dựng cho một công trình đang thi công. Công việc chính của Nghĩa là bốc vác, vận chuyển nguyên vật liệu như: sắt, thép, đào đất... nên khá vất vả, nặng nhọc. Trong khi đó, sức khỏe của Nghĩa không tốt lắm và thường hay bị ốm. Nghĩa nên làm gì?*

**Trả lời:**

Công việc và sức khỏe đều là những thứ quan trọng của con người, nếu thiếu đi thứ gì thì cuộc sống cũng sẽ rất khó khăn. Đây là những yếu tố cần được quan tâm đầy đủ và thường xuyên. Khi biết rằng sức khỏe không tốt, Nghĩa nên tìm một công việc đỡ vất vả hơn để làm vì nếu cứ tiếp tục làm việc trong môi trường nặng nhọc như vậy, Nghĩa sẽ không đủ sức khỏe để làm việc khác.

Nghĩa cũng nên thường xuyên kiểm tra sức khỏe định kỳ để phát hiện các vấn đề sức khỏe và điều trị kịp thời.

# SỔ TAY

## KỸ NĂNG CẦN THIẾT TRONG CÔNG VIỆC

### **Chủ biên**

DƯƠNG THỊ VIỆT ANH

*Giám đốc Điều hành*

*Trung tâm Phát triển và Hội nhập*

### **Nhóm biên soạn**

Viện phát triển cộng đồng ÁNH SÁNG - LIGHT

LÊ THỊ THÚY

NGUYỄN THỊ NGỌC

NGUYỄN THỊ KIM CHI

### **Hiệu đính**

KIM THU HÀ

### **Thiết kế mỹ thuật**

Công ty trách nhiệm hữu hạn in ấn  
và quảng cáo thương mại Khánh Dung

In 200 cuốn, khổ 15 x 21 cm

In tại Công ty In Khánh Dung, số 82 ngõ Thịnh Hào 1, Tôn Đức Thắng, Hà Nội.

Số xác nhận ĐKXB: 1647 - 2015 /CXBIPH/42 - 37/HĐ . QĐXB số: Số: 1518 /QĐ-NXBHD

Mã số sách tiêu chuẩn quốc tế - ISBN: 978-604-86-6305-6

**TRUNG TÂM PHÁT TRIỂN VÀ HỘI NHẬP**  
**CENTER FOR DEVELOPMENT AND INTEGRATION**

---

Tầng 16, số 169 Nguyễn Ngọc Vũ, phường Trung Hòa, quận Cầu Giấy, Hà Nội

Tel: +84 4 3538 0100 / Fax: +84 4 3537 7479

Website: [www.cd vietnam.org](http://www.cd vietnam.org)

16<sup>th</sup> floor, 169 Nguyen Ngoc Vu, Trung Hoa Ward, Cau Giay District, Hanoi

Tel: +84 4 3538 0100 / Fax: +84 4 3537 7479

Website: [www.cd vietnam.org](http://www.cd vietnam.org)