

PORADNIK – JAK I GDZIE SZUKAĆ PRACY



Źródło: <http://www.praca.pl/pressroom/poradniki/350x200/szukac1.png>

Wstęp

Miarą naszego sukcesu jest Twój sukces! Wierzymy, że jeżeli realnie pomożemy Ci w życiu zawodowym, będziesz chętnie korzystał z naszych poradników i szkoleń. Dlatego dziś staraliśmy się przygotować bardzo konkretny poradnik: „Jak i gdzie szukać pracy”. Wybraliśmy konkretne portale, instytucje oraz miejsca, gdzie możesz odnaleźć pracę lub umieścić CV. W materiale przygotowaliśmy także szereg porad, jak być atrakcyjnym pracownikiem.

Zapraszamy!



SPIS TREŚCI

1. Po co szukasz pracy? str. 4
2. W czym tak naprawdę jestem dobry? Poznaj siebie! str. 6
3. Planowanie drogi zawodowej - od tego trzeba zacząć poszukiwanie pracy str. 14
4. Osoba poszukująca pracy - czyli kto? str. 18
5. Czym jest rynek pracy? - to warto wiedzieć str. 21
6. Usługi oferowane przez rynek pracy str. 25
7. Jak zacząć poszukiwanie pracy? str. 28
8. Bariery w poszukiwaniu pracy - jak je pokonać? str. 30
9. Metody poszukiwania pracy - czyli jak i gdzie szukać pracy str. 33

1. Po co szukasz pracy?

Niezależnie od tego, na jakim etapie życia się znajdujesz, czy szukasz swojej pierwszej pracy, czy jesteś w trakcie decydowania się na jej zmianę, musisz odpowiedzieć sobie na pytanie: ***Dlaczego i po co szukam pracy?***

Nie ulega wątpliwości, że praca jest ważna dla każdego człowieka, ale też nie wszyscy podejmują pracę z tych samych powodów. Ważne jest, żebyś Ty sam wiedział, dlaczego chcesz rozpocząć/zmienić pracę i jakie są tego powody.

Pomocne mogą być wymienione poniżej motywatory, które pozwolą Ci poznać swoje powody, dla których szukasz pracy:

Pieniądze

- Nie oszukujmy się, że pierwszym i głównym motywem, do tego by podjąć pracę, jest chęć zarabiania pieniędzy. Dzięki nim właśnie możemy opłacić rachunki, zaspokajać swoje potrzeby, zapewnić byt swoim bliskim osobom.

Pasja

- Dobrze jest, kiedy Twoja praca łączyć się będzie z Twoimi pasjami - czyli z tym, co tak naprawdę lubisz robić, czym się interesujesz. Wykonywane wtedy obowiązki nie męczą tak, a też czas spędzany na tym, co się lubi robić, upływa znacznie szybciej. Pomyśl, co jest Twoją pasją i czy są zawody, w których mógłbyś te pasje realizować.

Hobby

- Nie wszyscy niestety mogą wykonywać zawód, który jest ich pasją. Większość decyduje się na zajęcie, które jest zgodne z ich możliwościami, na które pozwala im stan zdrowia, itp. Zarobione pieniądze pozwalają im na realizowanie marzeń i hobby.

Rozwój

- Praca pozwala na zdobywanie nowych umiejętności oraz wiedzy. Każdy, tak naprawdę dzień, może nauczyć Cię czegoś nowego. Dzięki zarobionym pieniądзом możesz też zapisać się na studia, kursy, czy warsztaty doształcające, niekoniecznie ściśle związane z Twoją pracą.

Relacje z innymi ludźmi

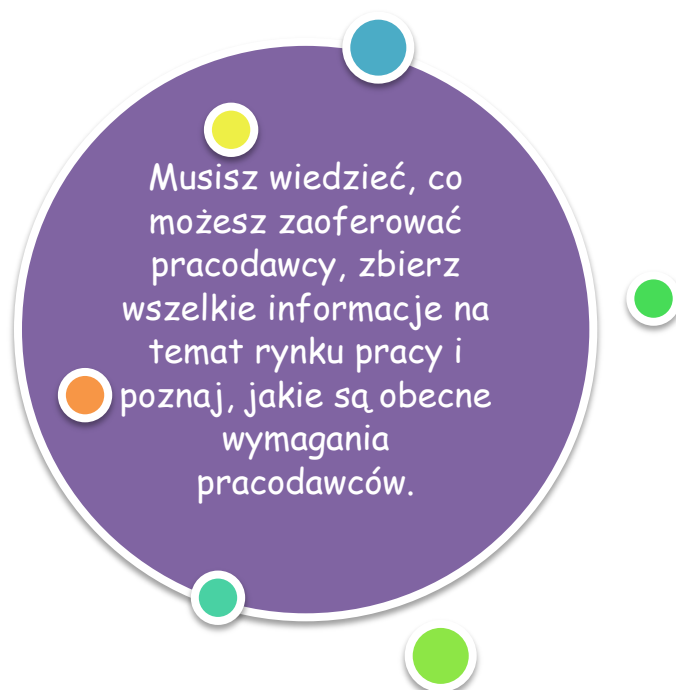
- Praca daje szansę na poznanie nowych ludzi, z którymi rozmawiamy, wykonujemy różne zadania. Dzięki nim możemy nauczyć się współpracować w zespole. Dla niektórych praca jest jedyną szansą na poznanie kolegów czy koleżanek.

Pozycja, szacunek, pochwały

- Praca daje możliwość zdobycia wśród innych szacunku, szczególnie wtedy, kiedy swoje obowiązki będziemy wykonywać jak najlepiej. Każdy lubi uzyskiwać pochwały. Jeśli jesteś fachowcem w swojej dziedzinie, Twoja praca może się okazać potrzebną innym ludziom.

2. W czym tak naprawdę jestem dobry? Poznaj siebie!

Swoją przygodę z poszukiwaniem pracy rozpocznij od zastanowienia się nad swoją karierą zawodową, przemyśl różne opcje. Przed poszukiwaniem ogłoszeń o pracę, przygotuj się jak najlepiej, dzięki temu będziesz mieć większe szanse na znalezienie pracy. O co dokładnie chodzi?



POZNAJ SIEBIE

Jest to pierwszy i najważniejszy krok przed rozpoczęciem szukania pracy. Najpierw musisz się zastanowić, w czym jesteś dobry i jakie masz zdolności, umiejętności i doświadczenie.

Aby się tego dowiedzieć, odpowiedz sobie szczerze na poniższe pytania:



POZNAJ RYNEK PRACY

Zorientuj się, jaka jest obecnie na rynku pracy sytuacja, czyli na jakich pracowników, na jakie zawody, jest w chwili obecnej największy popyt. Nie stresuj się, jeśli wśród tych zawodów, nie ma Twojego! Może wystarczy, że przejdziesz jakiś kurs lub szkolenie i będziesz miał większą szansę na wybór wymarzonej pracy?

Aby dobrze poznać rynek pracy, warto dowiedzieć się następujących informacji:

dowiedz się, jakie zawody mają przyszłość

poznaj dokładną specyfikę zawodów i branż, które najbardziej Cię interesują

dowiedz się, jakie są wymagania osobowościowe oraz sprawnościowe dla konkretnych zawodów, które Cię interesują oraz jakie obowiązki i zadania wykonuje się na tych stanowisku

Więcej informacji na temat tego, czym jest rynek pracy, dowiesz się w rozdziale *Czym jest rynek pracy? - to warto wiedzieć.*

POZNAJ OCZEKIWANIA PRACODAWCÓW

Pamiętaj, że każdy pracodawca poszukuje osób aktywnych zawodowo. Już na etapie szkoły czy studiów warto zapisać się na jakieś dodatkowe zajęcia, uczestniczyć w kursach, szkolenia, kołach zawodowych, udzielać się jako wolontariusz.

Pracodawca, niezależnie od branży, poszukuje osób, które:



**Pracodawca poszukuje pracownika, który jest dla niego atrakcyjny!
Duża konkurencja na rynku pracy oraz bezrobocie sprawiają, że musisz stać się dla pracodawcy osobą, która posiada jak najwięcej zalet!**

TO LICZY SIĘ DLA TWOJEGO PRZYSZŁEGO PRACODAWCY**Podstawą jest wykształcenie**

Pracodawca lubi konkretny, a wykształcenie jest właśnie tym, na czym będzie się skupiał Twój przyszły pracodawca. Posiadanie określonych i przydatnych cech to jedno, ale bez odpowiedniej wiedzy i doświadczenia, na nic się może zdać. Ukończone kursy, studia itp. świadczą o Twoim przygotowaniu do pracy w zawodzie.

Wśród osób bezrobotnych najwięcej jest takich, które nie ukończyły nawet szkoły podstawowej. Pamiętaj, że nigdy nie jest za późno na naukę i w każdym wieku możesz rozpocząć studia czy zapisać się na jakiś kurs, dzięki któremu zdobędziesz wymarzoną pracę.

Bez doświadczenia może Ci być ciężko znaleźć pracę

O ile wiedzę możesz poszerzać, tak w przypadku doświadczenia niestety jest to o wiele trudniejsze. Doświadczenie oszczędza bowiem Twojemu pracodawcy czasu na wdrożenie Cię na nowe stanowisko. Posiadając odpowiednie doświadczenie, możesz właściwie od razu zająć się pracą i stajesz się cennym pracownikiem. Pracodawca ceni sobie osoby z tożsamym doświadczeniem, które zajmowały wcześniej podobne stanowisko i wykonywały obowiązki analogiczne do tych, które będą zlecone. Jeśli jesteś od dawna na rynku pracy z pewnością masz też doświadczenie, ale nie zawsze musi ono odpowiadać wymaganiom pracodawcy, podobnie w przypadku osób, które dopiero, co wchodzi na rynek pracy i nie mają żadnego doświadczenia, rozwiązaniem mogą być praktyki czy staże, także te bezpłatne.

Umiejętności to podstawa!

Po tym jak pracodawca zapozna się z Twoim wykształceniem i doświadczeniem i będą one odpowiednie, kolejną sprawą, do której przejdzie, będą Twoje umiejętności.

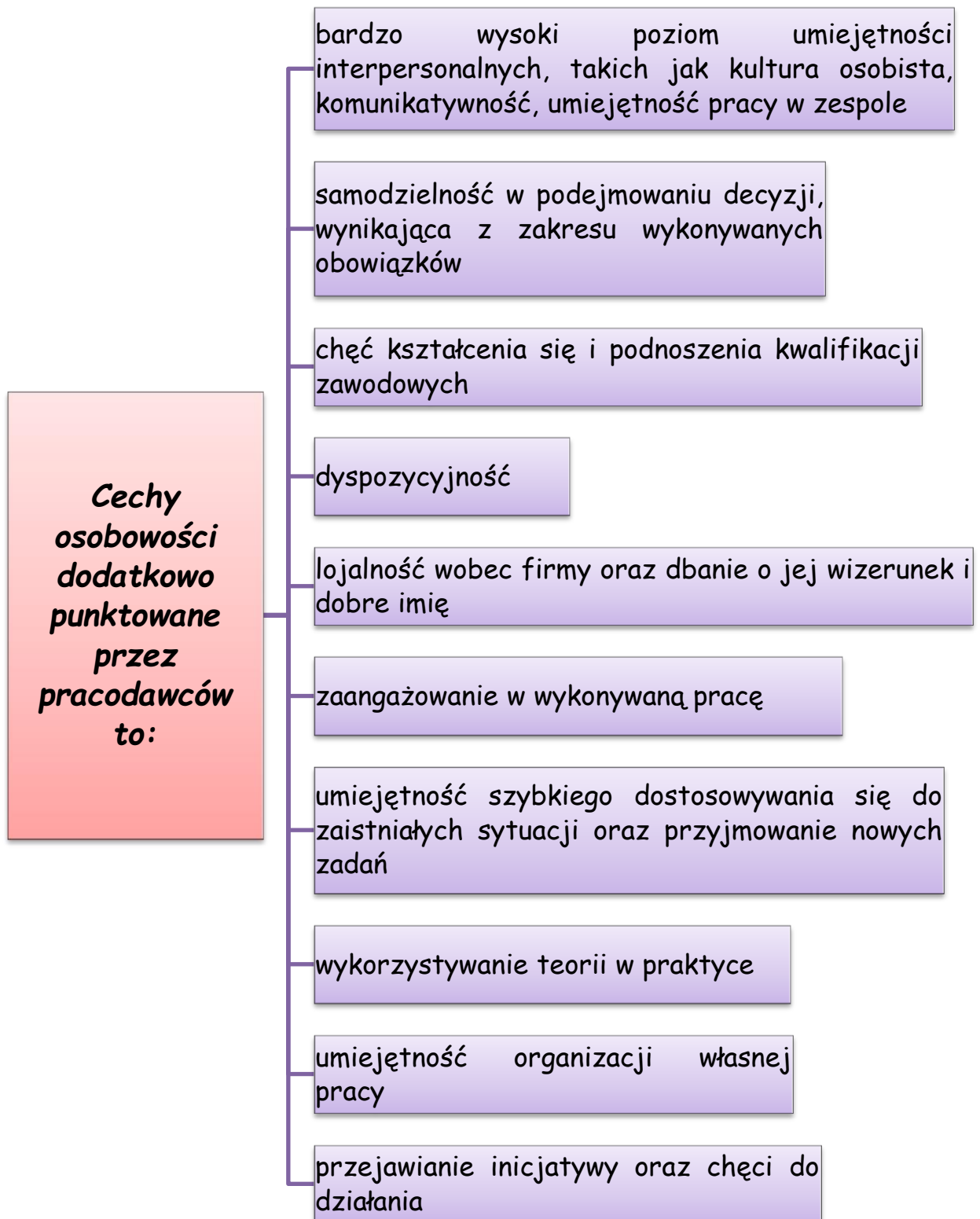
Jeśli właściwie je wypunktujesz oraz zaznaczysz w swoim CV, możesz mieć większe szanse, że pracodawca zwróci na nie uwagę i to właśnie Ciebie zaprosi na rozmowę kwalifikacyjną.

Pokaż w swoim CV, że jesteś osobą wszechstronną i, że masz wiele zainteresowań, że ciągle się rozwijasz - bo takiego pracownika właśnie szukają pracodawcy!

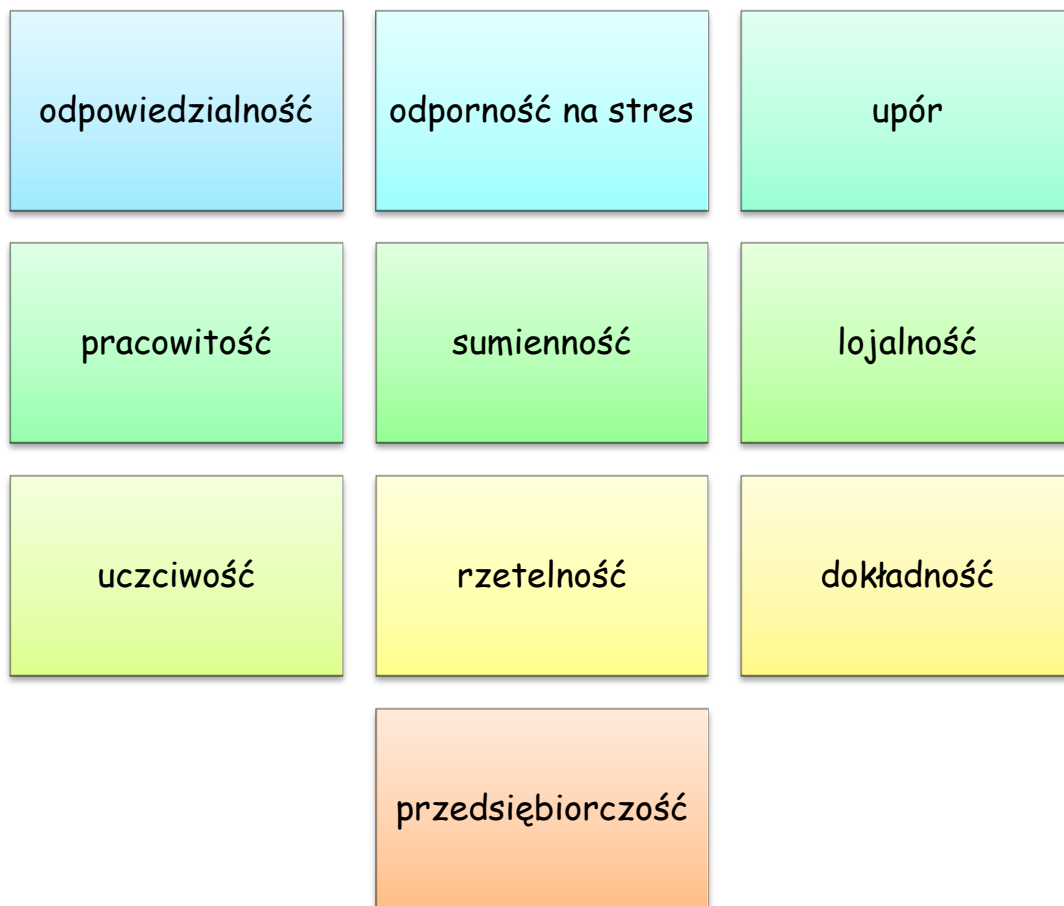
Liczą się Twoje zalety!

W CV nie ma miejsca na to, by wymieniać swoje negatywne i słabe strony! Zawsze skupiaj się na pokazaniu jak największej ilości zalet. Pamiętaj jednak, żeby nie wymyślać, bo zawsze prędzej, czy później Twoje zalety zostaną zweryfikowane. Już na etapie rozmowy kwalifikacyjnej możesz spotkać się z testem sprawdzającym informacje, które umieścisz w swoim CV.

Nie zapominaj też o wymienieniu cech, tych z pozoru podstawowych, jak np. dokładność, czy punktualność, bo one tak naprawdę sprawdzają się w każdym zawodzie!



Pozostałe cechy, na które zwraca uwagę każdy pracodawca u swojego przyszłego pracownika to:



Jeśli w danym momencie nie spełniasz wszystkich wymagań stawianych pracownikom - nie przejmuj się! Zastanów się, jak możesz uzupełnić braki, ile czasu może Ci to zająć oraz w jaki sposób będziesz realizował swoje założenie. Wielu, z wymienionych powyżej umiejętności, możesz się po prostu nauczyć, poprzez ćwiczenia. Pamiętaj, że osób, które posiadają podobne do Ciebie kwalifikacje zawodowe może być wiele, ale tak naprawdę to Ty możesz spełniać dodatkowe wymagania pracodawców.

Pozostając aktywnym na rynku pracy, będzie Ci dużo prościej trafić na pracodawcę, który będzie chciał Cię zatrudnić!

3. Planowanie drogi zawodowej - od tego trzeba zacząć poszukiwanie pracy


Bilans cech i umiejętności przydatnych w pracy

Znajomość swoich kwalifikacji zawodowych, umiejętności, cech charakteru oraz preferencji dotyczących wykonywania danej pracy, może Ci pomóc w dokonaniu właściwego wyboru!

Jeśli jednak nie jesteś do końca pewien, co chciałbyś robić, możesz skorzystać z gotowych wyszukiwarek zawodów oraz ich opisów. W Internecie jest ich wiele, oto linki do przykładowych stron:

- <http://www.kluczdokariery.pl/katalogzawodow/najpopularniejsze-zawody.html>
- <https://www.zawodowe.com/kategorie/>
- <http://psz.praca.gov.pl/rynek-pracy/bazy-danych/klasyfikacja-zawodow-i-specjalnosci>

Sprawdź, jaki zawód najbardziej Cię interesuje i sporządź bilans swoich cech, dzięki czemu będzie Ci łatwiej planować działania związane z poszukiwaniem pracy.



Jeśli wiesz jaką osobą jesteś, czego oczekujesz, to masz większe szanse na lepsze kierowanie własnym życiem!

Nie wiesz od czego zacząć? Spróbuj dokonać analizy własnej osoby w oparciu o poniższe wskazówki:

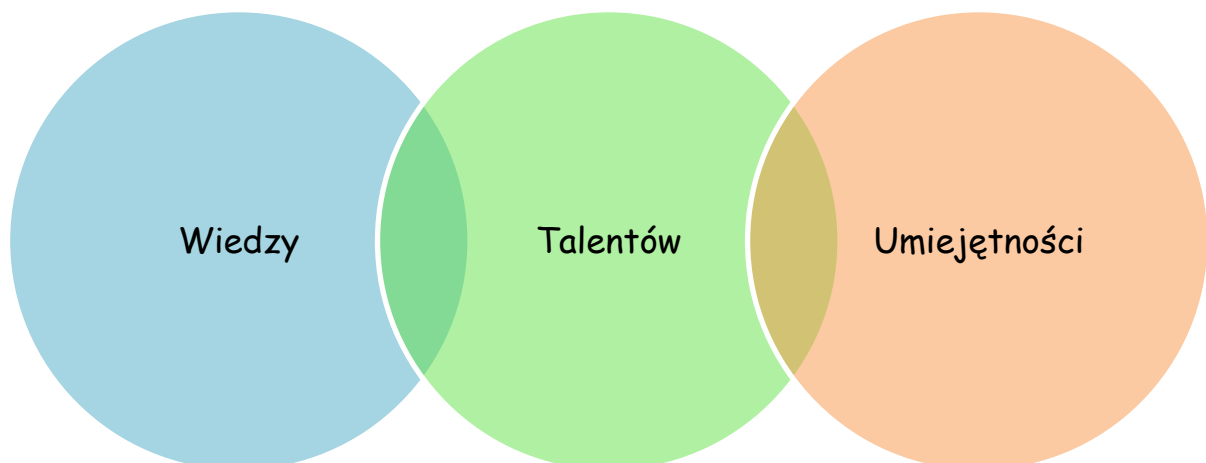


Odkryj swoje mocne strony!

Mocna strona - to inaczej umiejętność, którą posiada się na stałe, wykonywania zadania w sposób najbardziej doskonały.

Nawet największe słabości mogą okazać się atutami.

Mocne strony to połączenie:



Wiedza

zarówno teoretyczna, jak i empiryczna - pozwala na określenie tego, w jakiej dziedzinie jesteś specjalistą, ekspertem bądź fachowcem.

Umiejętności

to perfekcyjne opanowanie sekwencji skutecznych zachowań - czyli to wszystko, w czym jesteś po prostu najlepszy - wyjątkowe predyspozycje, fachowość.

Talenty

są naturalnymi oraz niepowtarzalnymi wzorcami neuronalnymi, które decydują o sposobie myślenia, odczuwania, działania i komunikacji.

Zarówno wiedzę jak i same umiejętności możesz bardzo szybko zdobyć bądź też uzupełnić. Jeśli jednak nie posiadasz odpowiednich talentów do wykonywania określonych zadań, masz niewielkie szanse by osiągnąć mistrzowski poziom, satysfakcję czy spełnienie zawodowe. Dlatego decydując się na wykonywanie jakiegoś zawodu, zastanów się najpierw czy posiadasz odpowiednią wiedzę, umiejętności, a przede wszystkim talenty, do jego wykonywania.

Chcesz się dowiedzieć o sobie czegoś więcej? Chcesz poznać swoje cechy charakteru, które pomogą w znalezieniu Ci pracy? Zastanów się i przeanalizuj własną osobę pod kątem poniższych zagadnień:

Każdy z nas posiada wiedzę na temat swojej osoby. Zastanów się w czym tak naprawdę jesteś dobry, a co przychodzi Ci z trudnością?

Wypisz swoje mocne strony i zastanów się na jakich stanowiskach pracy możesz je wykorzystać.

Wypisz swoje słabe strony i zastanów się w jaki sposób możesz nad nimi pracować?

Zastanów się jakie czynności sprawiają Ci przyjemność? Teraz pomyśl, czy jest jakiś zawód, w którym mógłbyś je wykonywać? Pamiętaj, że praca, którą wykonuje się z satysfakcją i zadowoleniem, jest łatwiejsza!

Zastanów się co umiesz i lubisz robić. Czy Twoje zainteresowania można powiązać z jakąś pracą?

Wypisz sobie na kartce zajęcia, których nie chciałbyś wykonywać. Sprawdź każdą ofertę pracy pod tym kątem - unikniesz w ten sposób pracy, której nie chciałbyś wykonywać.

Każdy z nas jest inny, ma inne wartości, cele i potrzeby. Zastanów się czy jest jakiś zawód, który chcesz wykonywać, a który jest zgodny z twoimi przekonaniem i wartościami?

Myśląc o konkretnym stanowisku pracy, zastanów się, czy są jakieś przeciwwskazania do tego, żebyś wykonywał daną pracę?

4. Osoba poszukująca pracy - czyli kto?

Urzędy pracy określają osobę poszukującą pracy jako:

- bezrobotną, czyli taką, która nie posiada żadnego zatrudnienia i poszukuje pracy,
- osobę zatrudnioną, ale zgłaszającą zamiar i chęć podjęcia innego zatrudnienia bądź też zatrudnienia w większym wymiarze godzinowym,
- zarejestrowaną w urzędzie pracy.

Jako osoba poszukująca pracy i zarejestrowana w UP masz m.in. prawo do:



Wszystkie wymienione powyżej formy pomocy są oczywiście dostępne po spełnieniu wszelkich warunków określonych w regulaminach.

Obowiązki osoby poszukującej pracy, zarejestrowanej w urzędzie pracy:

utrzymywanie kontaktu z UP co najmniej raz na 90 dni - termin wizyt zostaje ustalany indywidualnie

zgłaszanie się do urzędu pracy w wyznaczonym terminie

podjęcie oraz ukończenie indywidualnego planu działania/szkolenia/studiów podyplomowych/przygotowania zawodowego dla dorosłych oraz uczestniczenia w programach specjalnych

Status osoby poszukującej możesz utracić, gdy:

nie będziesz utrzymywać kontaktu z urzędem pracy co najmniej raz na 90 dni w celu potwierdzenia zainteresowania przedstawioną pomocą

nie pojawisz się w urzędzie w wyznaczonym terminie, a o swojej nieobecności nie powiadomisz w ciągu 7 dni (konieczne jest podanie uzasadnionej przyczyny nieobecności)

nie podejmiesz przygotowania zawodowego lub indywidualnego planu działania, szkolenia, studiów, uczestnictwa w programie specjalnym - bądź je przerwiesz, nie przystąpisz do egzaminu opłaconego ze środków Funduszu Pracy

złożysz wniosek o rezygnację z określonej w ustawie pomocy świadczonej przez UP

Status osoby poszukującej pracy możesz utracić na okres 120 dni lub 6 miesięcy:

na 120 dni

- po upływie 90 dni od ostatniego kontaktu z UP,
- od dnia niestawiennictwa w ustalonym terminie,
- od następnego dnia po dniu złożenia wniosku o rezygnację z pomocy,
- od następnego dnia po dniu niepodjęcia przygotowania zawodowego dorosłych lub niepodjęcia albo przerwania indywidualnego planu działania, szkolenia, studiów podyplomowych, uczestnictwa w programie specjalnym lub po dniu nieprzystąpienia do egzaminu sfinansowanego ze środków Funduszu Pracy

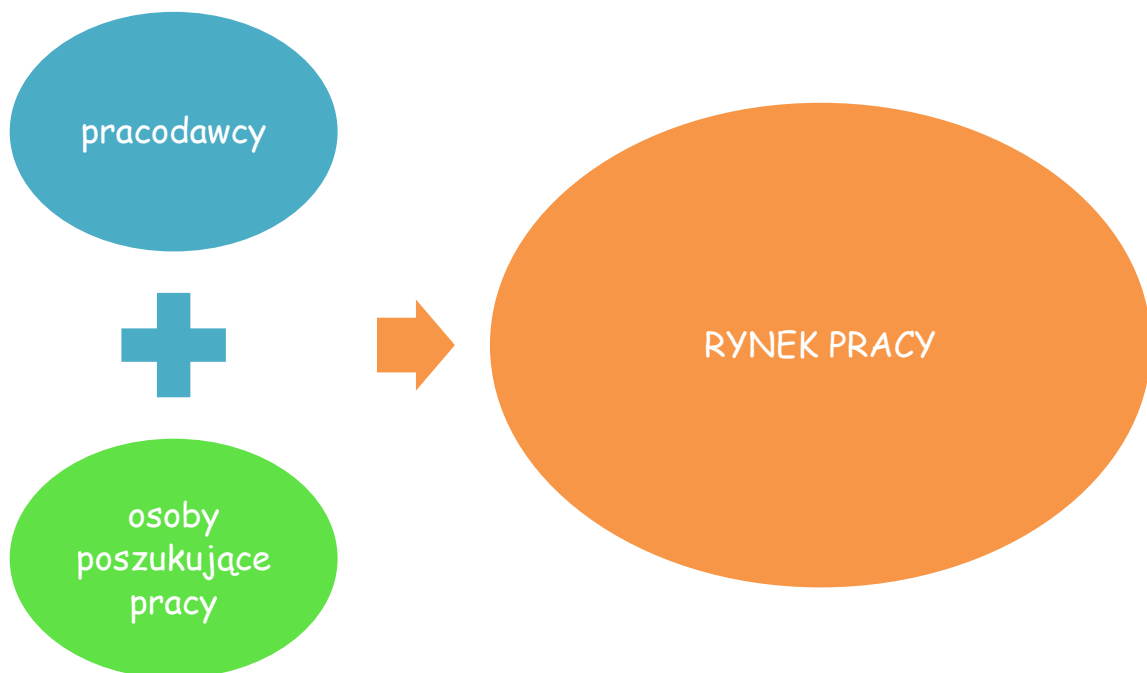
na pół roku

- jeżeli z własnej winy przerwiesz program przygotowania zawodowego dorosłych lub nie przystąpisz do egzaminu kwalifikacyjnego, czeladniczego lub sprawdzającego

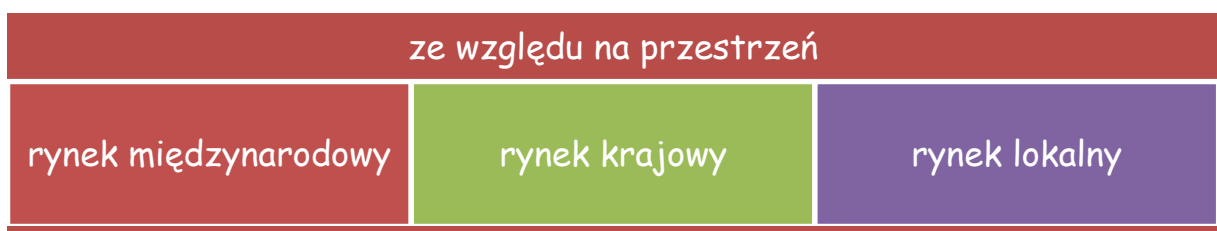
5. Czym jest rynek pracy? - to warto wiedzieć

Definicja

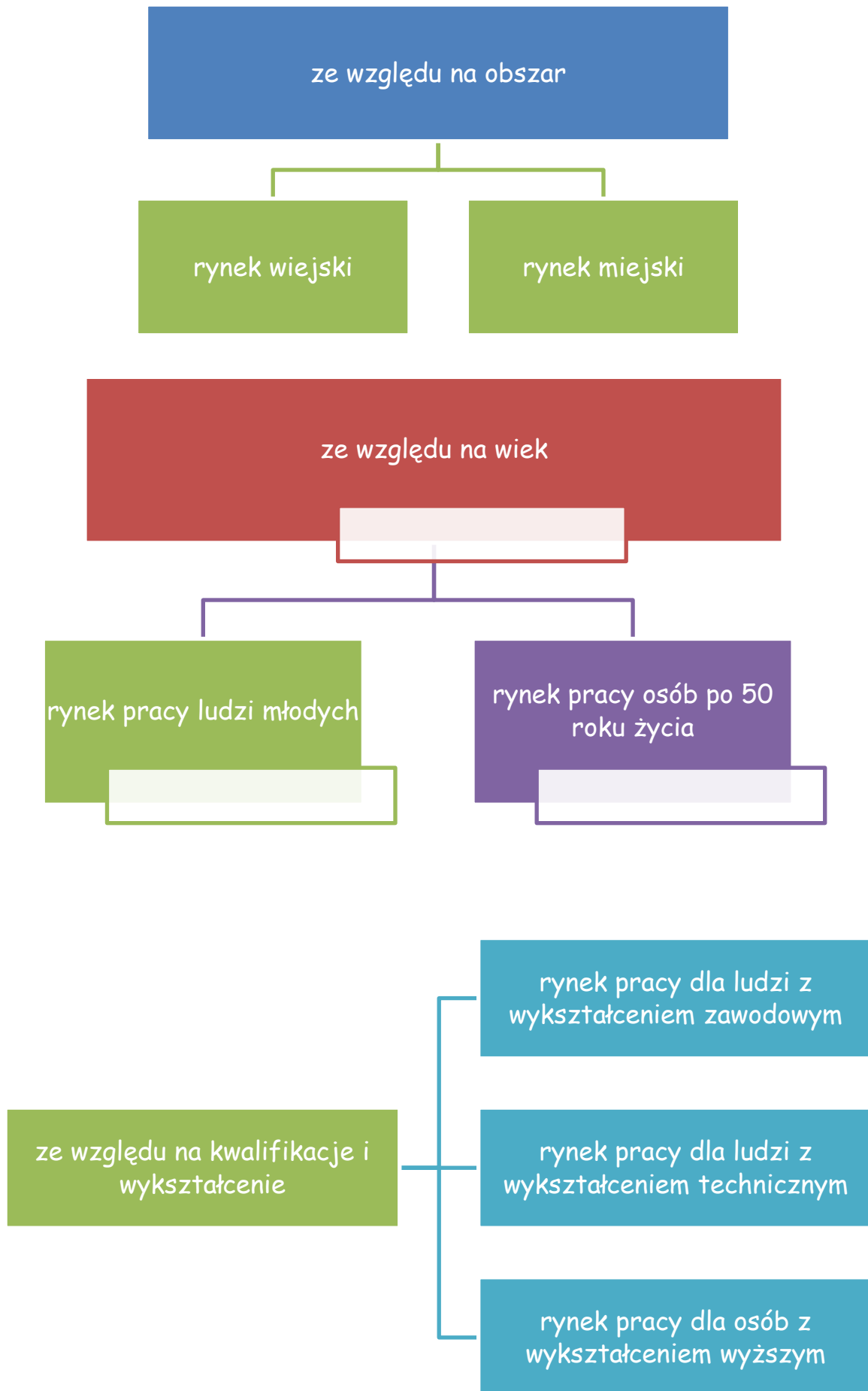
- Rynek pracy jest miejscem łączącym ze sobą podaż i popyt na pracę. Spotykają się na nim pracownicy, czyli osoby poszukujące pracy i zamieszczający swoje oferty oraz pracodawcy, czyli osoby tworzące miejsca pracy i poszukujące pracowników.

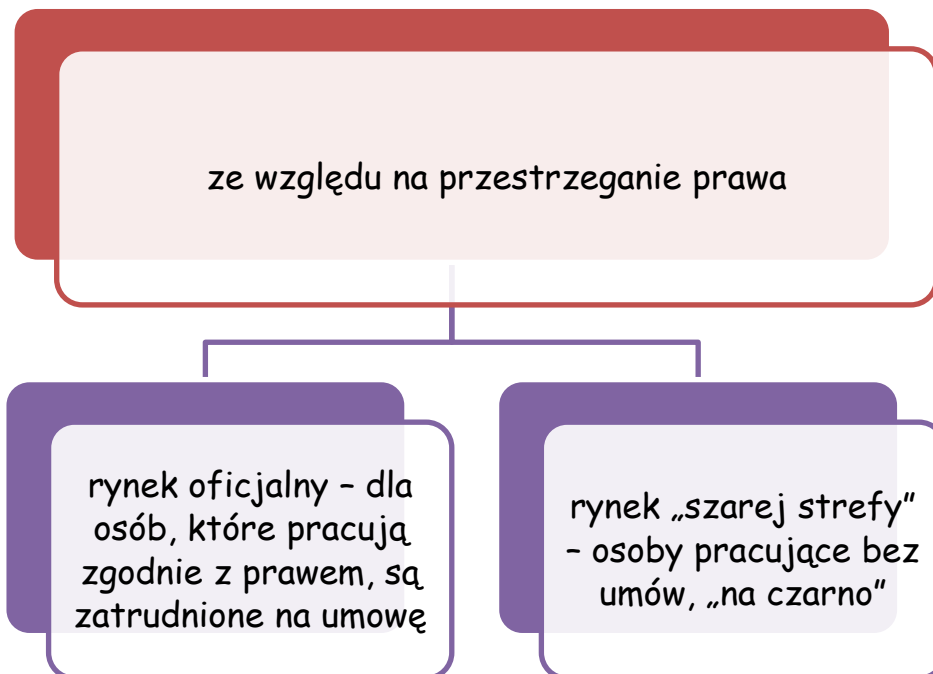


Możemy dokonać różnego podziału rynku pracy i wyróżnić:



Oznacza to, że możesz szukać pracy w całej Polsce oraz na świecie, nie tylko w swoim mieście.





Różne rodzaje rynków pracy oraz zasady, jakimi się rządzą

Wraz z rozwojem gospodarki zmianie ulega także rynek pracy. Pod pojęciem gospodarki rozumie się działalność gospodarczą prowadzoną na danym obszarze/regenie kraju lub na całym świecie. Działalność ta polega na produkowaniu różnych towarów bądź świadczeniu usług, odpowiadających potrzebom ludzi.

3 główne sektory gospodarki

usługi

np. transportowe,
fryzjerskie,
związane ze
zdrowiem

przemysł

np. ciężki,
spożywczy,
odzieżowy

rolnictwo

np. hodowla zwierząt
bądź uprawa roślin

6. Usługi oferowane przez rynek pracy

Do podstawowych usług rynku pracy zalicza się:



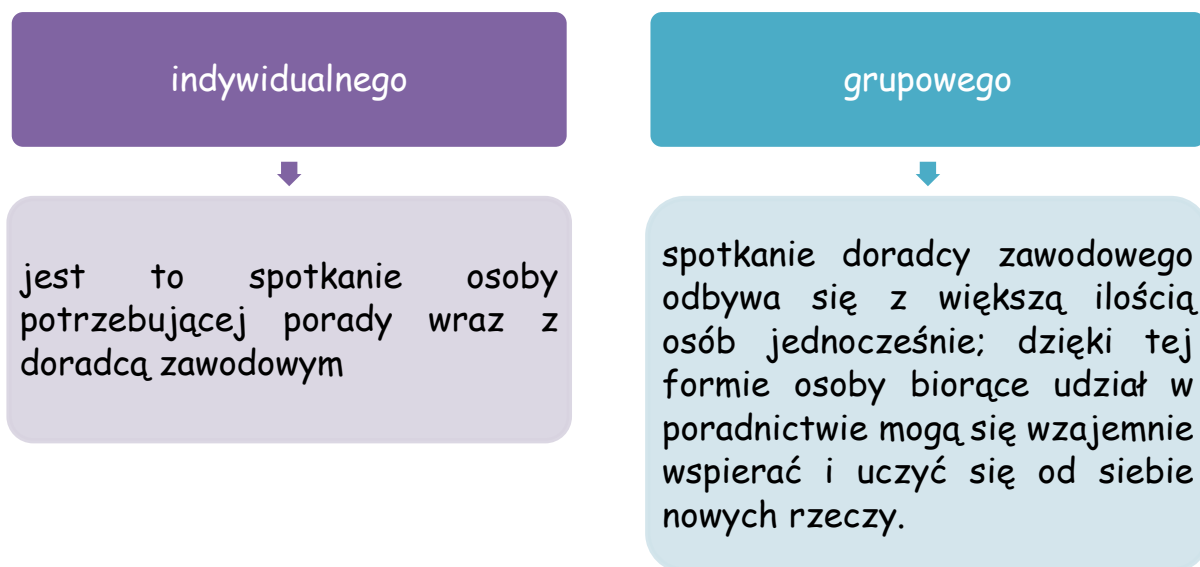
Pośrednictwo pracy

Usługa ta polega na udzielaniu pomocy osobie poszukującej pracy w zdobyciu zatrudnienia. Pracodawca ma natomiast możliwość uzyskania pomocy w zakresie doboru właściwego pracownika.

Poradnictwo zawodowe

Jest procesem, w którym doradca zawodowy ma za zadanie pomóc Ci poznać Twoje możliwości względem możliwych miejsc oraz środowisk pracy. Porady dotyczą głównie informacji na temat różnych zawodów oraz możliwości podjęcia kształcenia czy szkolenia. Dzięki poznaniu siebie i

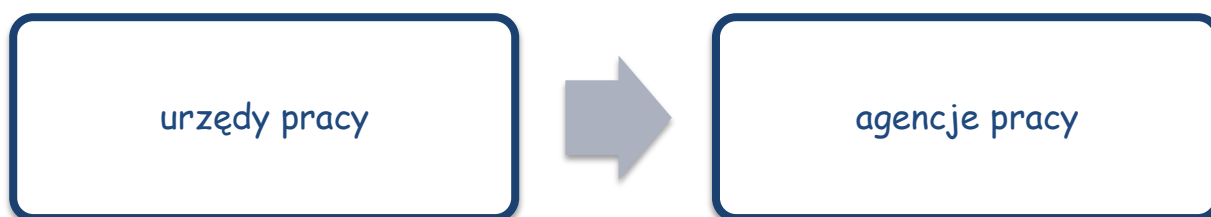
swoich możliwości, a także specyfiki działania rynku pracy masz szansę dokonać wyboru, co do pracy, którą chcesz wykonywać. **Poradnictwo zawodowe może przybierać formę:**



Szkolenia

Mają na celu podnieść kwalifikacje zawodowe osoby poszukującej pracy, a tym samym zwiększyć jej szansę na otrzymanie bądź też utrzymanie zatrudnienia.

Wszystkie wymienione usługi rynku pracy są bezpłatne i mogą być realizowane przez:



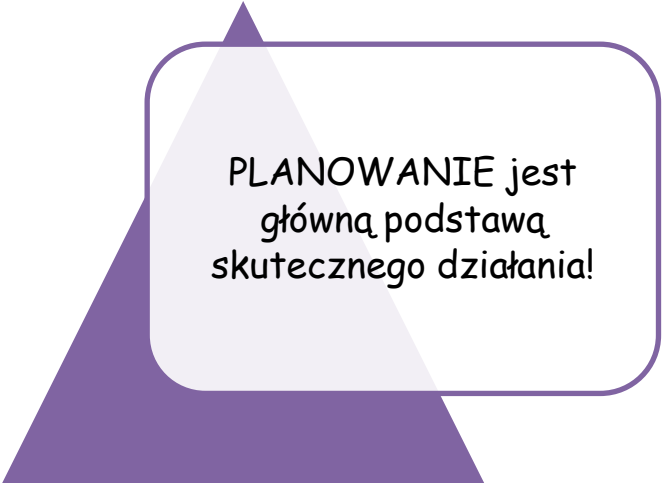
Urząd Pracy

Jest instytucją, która ma na celu udzielanie informacji osobom bezrobotnym oraz zajmuje się pośrednictwem zawodowym dla osób, które poszukują pracy. W każdym powiatowym mieście znajdziesz taką placówkę. Chcąc skorzystać z pomocy UP trzeba się w nim zarejestrować.

Agencja zatrudnienia

Zajmuje się pośrednictwem w poszukiwaniu pracy w kraju i za granicą. Agencje pomagają także pracodawcom znaleźć odpowiedniego pracownika - ten zakres pomocy nosi nazwę **doradztwa personalnego**. Każda agencja zatrudnienia musi posiadać odpowiedni certyfikat potwierdzający możliwość prowadzenia takiej działalności. Agencje mogą mieć określoną specjalizację, tj. zajmować się poszczególnymi grupami osób poszukujących pracy, np. młodzież czy osoby niepełnosprawne.

7. Jak zacząć poszukiwanie pracy?



PLANOWANIE jest
główną podstawą
skutecznego działania!

Jeśli poszukujesz pracy musisz wziąć pod uwagę różne rynki pracy:

- ✓ **jawny** - czyli taki, do którego dostęp mają wszystkie osoby - osoby szukające pracy, urzędy pracy czy pracodawcy - zamieszczane są na nim wszelkie ogłoszenia o pracy, informacje dotyczące targów pracy, itp.,
- ✓ **ukryty** - czyli taki, o którym wie niewielkie grono osób - są to informacje dotyczące pracy od bliskich osób - znajomych, rodziny, a także bezpośrednio od pracodawców (kontakt osobisty).

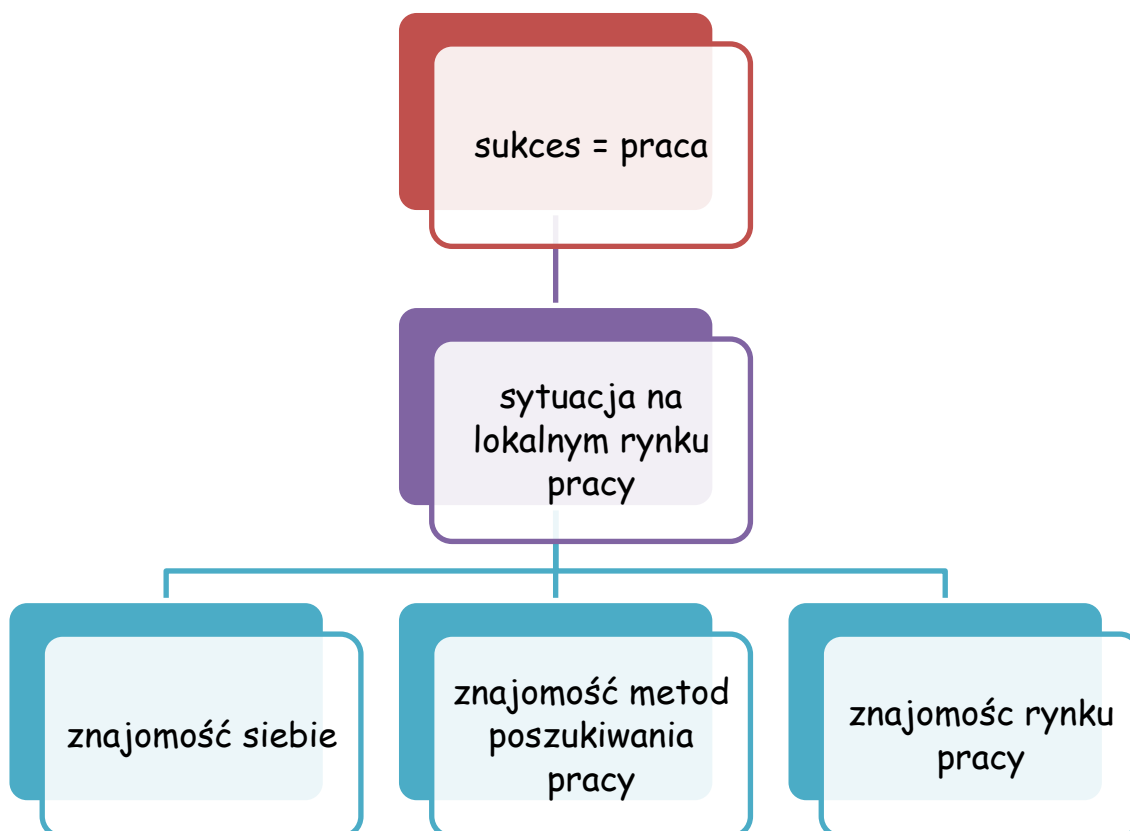


Chcesz uzyskać jak najlepszy efekt, by znaleźć pracę - połącz wiele metod jej poszukiwania!



Pamiętaj, że proces poszukiwania pracy trwa niekiedy długo, dlatego trzeba być cierpliwym i nie poddawać się, kiedy pojawią się pierwsze porażki!

OD TYCH ELEMENTÓW ZALEŻY TWÓJ SUKCES W POSZUKIWANIU PRACY!

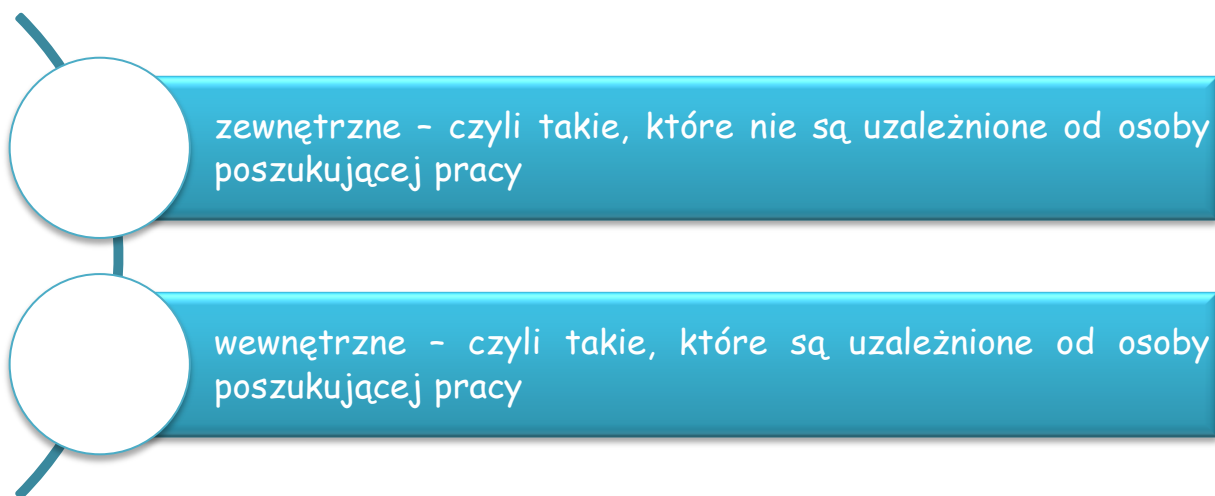


Dopasowanie 3 elementów, jakimi są Twoje potrzeby wraz z możliwościami związanymi z daną pracą oraz znajomość specyfiki działania rynku pracy i różnych metod poszukiwania pracy stanowią receptę na osiągnięcie sukcesu - czyli znalezienie i podjęcie zatrudnienia.

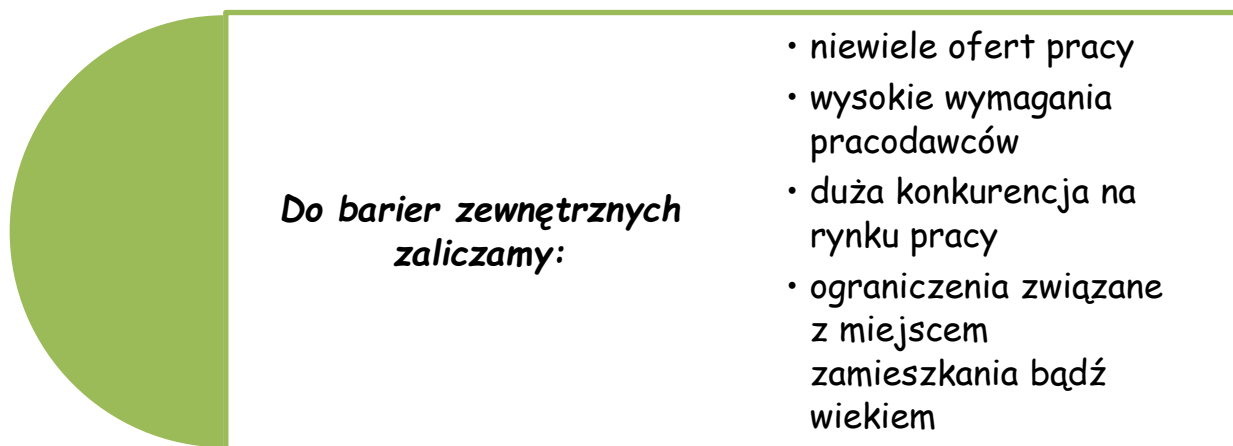
8. Bariery w poszukiwaniu pracy - jak je pokonać?

Osoby, które pozostają długotrwale bezrobotne zdają sobie sprawę z faktu, że istnieje wiele barier, które stanowią przeszkodę w znalezieniu i podjęciu pracy.

Wyróżnia się 2 główne grupy barier:



Bariery zewnętrzne trudno jest osobie poszukującej pracy ominąć, ograniczenia wewnętrzne można bez problemu pokonać poprzez zmianę swoich postaw oraz własną aktywność.



Do barier
wewnętrznych
zaliczamy:

- niedostateczne kwalifikacje bądź brak pożądanych w danym momencie kwalifikacji - znajomość języków obcych, obsługi komputera, specjalistycznych programów, brak posiadanych licencji i uprawnień
- niedostateczne wykształcenie
- mała aktywność własna
- brak wiedzy gdzie i jak szukać pracy
- nieśmiałość oraz brak pewności siebie
- niska samoocena
- lęk przed przyszłością (zmianą)
- stres - trema przed rozmową z pracodawcą

Bariery są czynnikami, które sprawiają, że mimo obiektywnie potencjalnych możliwości stwarzamy w sobie jakieś „defekty”, np. chcemy osiągnąć sukces - czyli znaleźć pracę, ale jednocześnie boimy się ryzyka, dlatego nie podejmujemy żadnych działań bądź nie osiągamy zamierzonych celów. W jaki sposób bowiem wytłumaczyć, że np. innym osobom, pomimo tego, że na rynku jest niewiele ofert pracy, mieszkają na wsi i są np. młode, udaje się znaleźć dobrą pracę? Zazwyczaj odpowiedź wtedy jest taka, że ktoś ma szczęście, znajomości, itp. Nie zauważamy jak wiele wysiłku włożyła dana osoba, by osiągnąć sukces.

Niekiedy wystarczy zmienić podejście i nastawienie tzn. zamienić bariery wewnętrzne, na które nie mamy wpływu na te wewnętrzne, by móc coś z nimi zrobić.

Przykłady na pokonanie barier:

- Zbyt mała liczba ofert pracy może być wynikiem naszej aktywności. Rozwiązaniem może być większe zaangażowanie z naszej strony w poszukiwanie pracy, dzięki temu znajdziemy więcej ofert.
- Jeśli pracodawcy mają zbyt duże wymagania, to pomyślmy o tym, żeby zacząć się dokształcać i podnosić swoje kwalifikacje.

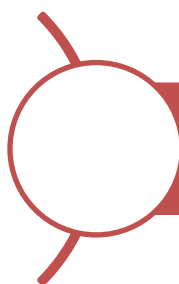
Najważniejsza jest nasza motywacja! Znajdź główny cel, jaki chcesz osiągnąć dzięki pracy, a bariery same zaczną znikać!

Każda bariera ma podłoże psychologiczne. W zależności od tego, jakie mamy wcześniejsze doświadczenia, będziemy próbowali je pokonywać bądź też rezygnować i poddawać się - jeśli tak właśnie robiliśmy do tej pory.

9. Metody poszukiwania pracy - czyli jak i gdzie szukać pracy



Poniżej znajdziesz listę metod poszukiwania pracy - skorzystaj ze wszelkich możliwych form, by zwiększyć swoje szanse!



Sieć kontaktów osobistych

Jest to jedna z najbardziej skutecznych metod poszukiwania pracy. Jeśli tylko masz taką możliwość poinformuj swoich znajomych i rodzinę, że szukasz pracy. Bardzo często informacja o wolnym wakacie przenosi się „drogą pantoflową”. Nie bój się pytać i prosić o informacje! Miej zawsze przygotowane swoje CV. Dlaczego warto wykorzystywać posiadane kontakty? Poniżej kilka powodów:

pracodawcy nie zawsze zamieszczają ogłoszenia o tym, że mają wolne miejsca pracy

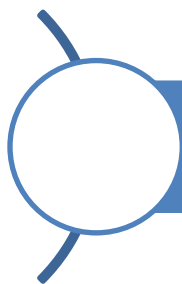
wiele firm poszukując kandydatów na różne stanowiska o wolnych miejscach pracy informuje najpierw swoich pracowników

możesz otrzymać rekomendacje od innych osób

otrzymujesz wsparcie w poszukiwaniu pracy

otrzymujesz informacje z różnych źródeł o danej firmie

pracodawcy niechętnie zatrudniają osoby zupełnie obce; wolą, gdy ktoś poleci im osobę sprawdzoną



Oferty z urzędów pracy

Jeśli jesteś zarejestrowany w urzędzie pracy, możesz skorzystać z ofert, które są zgłaszane przez pracodawców i udostępniane automatycznie na tablicach ogłoszeń oraz stronie internetowej urzędu. Oferty z całego kraju oraz z innych państw Unii Europejskiej znajdziesz na stronie: <http://psz.praca.gov.pl/oferty-pracy>.



Informacje w mediach - prasa

Gazetę kupuj z samego rana - bardzo często o przyjęciu osoby do pracy decyduje kolejność zgłoszenia. Poszukiwanie zacznij od drobnych ogłoszeń - bądź przygotowany do szybkiego korzystania z telefonu - niekiedy oferta pracy ma podany jedynie nr telefonu.

W dziennikach pojawiają się dodatki z ofertami pracy w danym regionie, np. *Gazeta Wyborcza* ma taki dodatek zatytułowany *Praca* (pojawia się on w każdy poniedziałek). Szukaj ofert pracy także w:

dziennikach lokalnych

wydawnictwach
branżowych

dodatkach do gazet



Internet

Internet jest skarbnicą ogłoszeń, zarówno ogólnopolskich jak i lokalnych. Na różnych stronach, portalach i serwisach możesz znaleźć różne oferty pracy oraz od razu na nie odpowiedzieć przesyłając swoją aplikację pracodawcy. **Na ogłoszenia z Internetu odpowiadaj jak najszybciej!**

Przykładowe strony umieszczające ogłoszenia pracy w Polsce:
<https://www.pracuj.pl/>, <https://praca.money.pl/>, <http://pl.jobrapido.com/>.



Giełdy i targi pracy

Giełdy i targi pracy są miejscami, gdzie mogą spotkać się pracodawcy (wystawiający swoje stoiska) z osobami poszukującymi pracy. Jest to możliwość bezpośredniego kontaktu z pracodawcami oraz z agencjami zatrudnienia. W czasie spotkania możesz uzyskać wiele informacji na temat firmy, aktualnych ofertach pracy, a także o wymaganiach jakie ma Twój przyszły pracodawca. Możesz zaprezentować swoją osobę i wypełnić na miejscu wszelkie formularze aplikacyjne. Bądź przygotowany - jeśli wybierasz się na targi pracy - weź ze sobą kilka egzemplarzy swojego CV.

Dużą zaletą takich giełd i targów pracy jest możliwość bezpośredniej wymiany informacji, konfrontacji swoich kompetencji i kwalifikacji z wymaganiami stawianymi przez rynek pracy.

Informacje o odbywających się giełdach i targach pracy możesz znaleźć w lokalnej prasie, urzędach pracy a także w Internecie.



Pośrednictwo pracy zagranicznej EURES

EURES - czyli Europejskie służby zatrudnienia - to sieć w ramach której współpracują ze sobą różne publiczne służby zatrudnienia a także ich partnerzy z rynku pracy. Oferty pracy, jakie przedstawia się pracownikom pochodzą z krajów Unii Europejskiej, a także m.in. z Norwegii, Szwajcarii,

Islandii. Więcej informacji znajdziesz na stronie internetowej:
<https://eures.praca.gov.pl/>.



Agencje zatrudnienia

Agencje zatrudnienia zajmują się:

pośrednictwem pracy

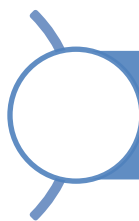
doradztwem personalnym

poradnictwem zawodowym

przedstawianiem ofert pracy tymczasowej

Z usług agencji zatrudnienia można skorzystać bezpłatnie. Wykaz legalnie działających agencji znajdziesz na stronie internetowej: www.kraz.praca.gov.pl. Każda agencja musi posiadać wpis do odpowiedniego rejestru oraz certyfikat wydany przez marszałka województwa właściwego dla siedziby agencji. Przykładowe strony działających agencji zatrudnienia:

- www.adecco.pl
- www.grafton.pl
- www.randstad.pl
- www.horyzont.pl
- www.workexpress.pl



Bazy firm

Warto przygotować swoją własną bazę firm (ze swojego regionu), bądź skorzystać z dostępnych, jak np.:

<http://panoramafirm.pl/>

<http://www.kariera.com.pl/Pracodawcy/Profil>

<http://www.pracuj.pl/poznaj-pracodawce/#prezentacje>

by aplikować bezpośrednio przez strony internetowe pracodawców. Nie zawsze pracodawcy publikują swoje oferty pracy na portalach. Jeśli pracodawca nie prowadzi w danym momencie rekrutacji, możesz mimo wszystko przesać mu swoją ofertę - niekiedy firmy posiadają konkretną zakładkę „Kariera”, gdzie możesz bezpośrednio aplikować do danej firmy.



Biura karier

Pełnią funkcję pośredników pomiędzy rynkiem pracy a absolwentami szkół wyższych. Od potencjalnych pracodawców zbierają wszelkie, aktualne informacje na temat wymagań i potrzeb, a następnie przekazują je studentom i absolwentom.



Własne ogłoszenia

W prasie czy w Internecie możesz sam zamieścić ogłoszenie o tym, że poszukujesz pracy. Pamiętaj, by ogłoszenie było krótkie i zawierało informacje, w jaki sposób można się z Tobą skontaktować - podaj numer telefonu i adres e-mail.



OHP

Ochotnicze Hufce Pracy oferują usługi w zakresie zmniejszania bezrobocia i jego negatywnych skutków wśród młodych osób. Można za ich pośrednictwem uzyskać zatrudnienie stałe lub tymczasowe.



Samodzielne zgłaszanie się do pracodawców

Niewiele osób decyduje się na tę metodę poszukiwania pracy, a jest ona niezwykle ważna. Przygotuj sobie listę firm, w których chciałbyś pracować, a które niekoniecznie poszukują pracowników. Nigdy nie wiesz, kiedy pojawi się w takiej firmie wakat, ale już wiesz, że pracodawca będzie miał Twoją aplikację. W ten sposób wykażesz się inicjatywą, a także pokażesz przyszłemu pracodawcy, że jesteś zmotywowany do pracy.

Podczas wizyty u pracodawcy, nie zapomnij o:

rozmowie na temat możliwych miejsc pracy

pozostawieniu swojej ofert (CV)

tym, by dać pracodawcy czas na zapoznanie się z ofertą oraz podjęcie decyzji

Oto w jaki sposób pracodawcy szukają pracowników oraz jak pracy szuka przeciętny pracownik:





Wykazując aktywną postawę - wtedy zawsze będziesz mieć szansę na przewagę nad konkurencją i szybsze znalezienie pracy!

Zakończenie

To „już” koniec. Na łamach niniejszego kursu zawarliśmy sporą dawkę wiedzy, która będzie dla Ciebie solidną bazą do dalszego rozwijania Twoich zainteresowań i zdobywania nowych umiejętności. Jesteśmy przekonani, że kompetencje uzyskane przez Ciebie dzięki ukończeniu naszego kursu, pomogą Ci w spełnieniu Twoich zawodowych aspiracji.

W zależności od obranego przez Ciebie kierunku, w jakim postanowisz rozwijać swoją karierę, nasza firma jest gotowa, by wspierać Twoje działania - szkoleniowe oraz marketingowe. Aby zapoznać się z aktualną ofertą i propozycjami, jakie dla Ciebie przygotowaliśmy, odwiedź naszą stronę internetową: ***kar-group.elk.pl***.

Chcesz być na bieżąco? Zapraszamy Cię do śledzenia naszego firmowego profilu na Facebooku.

Zapraszamy do obejrzenia filmów z Akademii Kar-Group na YouTube - link: <https://www.youtube.com/channel/UCpKR8B-Extruo7vXzzW9K9A>

Jesteśmy do Twojej dyspozycji!

Pozdrawiamy!

