

CZĘŚĆ III



**JAK I GDZIE
SKUTECZNIE
SZUKAĆ PRACY**

W części III

3.1	Jak i gdzie skutecznie szukać pracy?	1
3.2.	Wykorzystywanie kontaktów osobistych	3
3.3.	Wizyty u pracodawców	5
3.4.	Korzystanie z pomocy organizacji otoczenia rynku pracy	6
3.5.	Korzystanie z ogłoszeń o wolnych miejscach pracy	25
3.6.	Internet	27
3.7.	Giełdy i targi pracy	31
3.8.	Nowoczesne metody poszukiwania zatrudnienia - networking	32
3.9.	Bariery w poszukiwaniu pracy	34

3.1 JAK I GDZIE SKUTECZNIE SZUKAĆ PRACY?

„Sukces jest stopniowym osiągnięciem wcześniej określonego i zaplanowanego, wartościowego celu”

Anonim

Szukanie pracy jest zajęciem wymagającym wysiłku, samozaparcia i mnóstwa czasu. Skuteczne szukanie pracodawcy wymaga, oprócz własnej aktywności i pomysłowości, sporej wiedzy na temat konstrukcji i zasad funkcjonowania współczesnego rynku pracy.

Częstym błędem ludzi niedoświadczonych jest przekonanie, że można poszukiwać pracy od przypadku do przypadku, w przerwach między różnymi zajęciami. Może się zdarzyć, że szczęśliwym trafem znajdziemy akurat to, czego szukamy, niemal bez wysiłku. Jednak zależność jest prosta: **im więcej czasu poświęcimy na czynności związane z szukaniem pracy, tym szybciej ją znajdziemy.**

Kilka mitów na temat poszukiwania pracy:

- **Trzeba być otwartym na każdą propozycję pracy** – to błąd!

Określ konkretnie, czego szukasz i staraj się od początku konsekwentnie budować ścieżkę kariery zawodowej. Im lepiej określisz stanowisko, o jakie chcesz się ubiegać, tym krócej będą trwały Twoje poszukiwania.

- **Należy koncentrować się tylko na firmach, które ogłosiły, że mają wolną posadę** – oczywiście nie! Tylko część pracodawców umieszcza

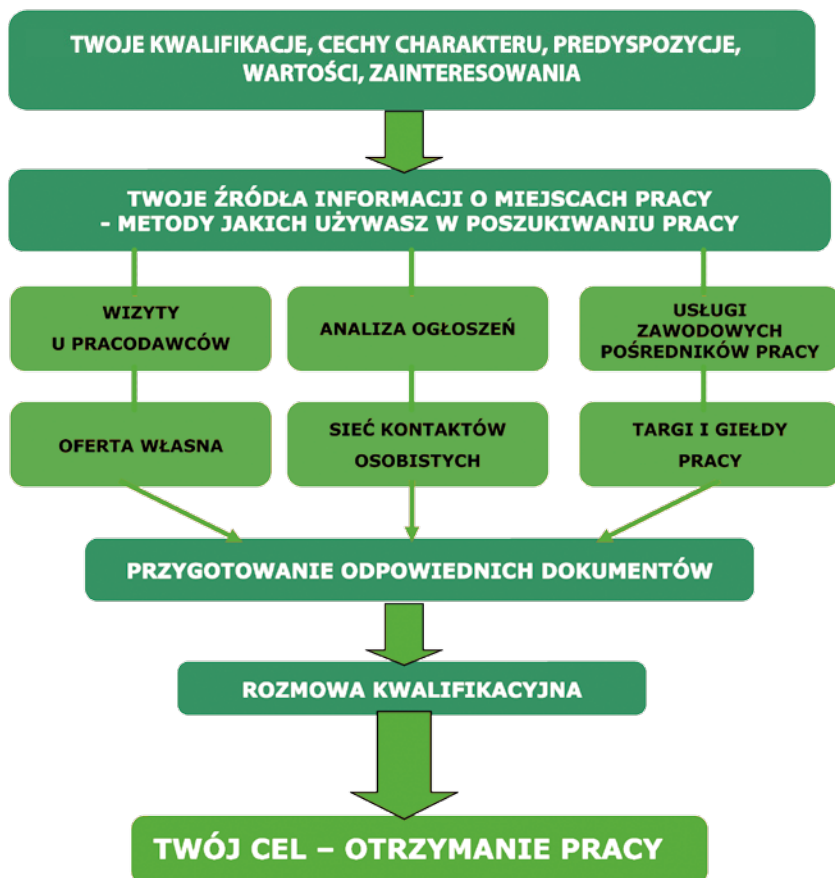


CZĘŚĆ III - JAK I GDZIE SKUTECZNIE SZUKAĆ PRACY

ogłoszenia o wakatach, dlatego powinieneś sam przedstawiać swoją ofertę pracodawcom.

- **Zawsze jest tysiące wolnych stanowisk** - to prawda! Wolnych stanowisk jest tysiące i tylko od poszukującego pracy zależy, czy zdobędzie akurat to, na czym mu zależy najbardziej.
- **Większość osób polega na tradycyjnych metodach poszukiwania pracy** – zwiększyć można swoje szanse zdobywając się na oryginalność lub przynajmniej wykorzystując jednocześnie kilka znanych form poszukiwania pracy.

NAJKRÓTSZA DROGA DO PRACY



Metod poszukiwania pracy jest wiele, jednak osoby poszukujące pracy często ograniczają się do jednej z nich, nie zdając sobie sprawy z szerokiego spektrum istniejących możliwości.

3.2. WYKORZYSTYWANIE KONTAKTÓW OSOBISTYCH

Jest najskuteczniejszą metodą poszukiwania pracy, w której wykorzystujemy posiadane znajomości albo celowo szukamy kontaktu z osobami, które mogą nam pomóc w tych poszukiwaniach. Prywatne kontakty są bardzo pomocne, gdyż wiele firm poszukując kandydatów na różne stanowiska - informacje o wolnych miejscach pracy rozpowszechnia najpierw wśród swoich pracowników. Wynika to z faktu, iż pracodawcy dość niechętnie zatrudniają osoby zupełnie obce. Wolą oni zaproponować pracę osobie rekomendowanej przez podwładnych, ponieważ ich zdaniem daje to gwarancję, iż dobry pracownik nie poleci swojemu szefowi kogoś niesprawdzonego. Osoby aktywnie poszukujące pracy często zaczynają od rozsyłania i zbierania informacji od znajomych. Ten sposób poszukiwania pracy polega na tym, że informując kogoś o Twoim problemie ze znalezieniem pracy, sprawiasz, że ta wiadomość rozejdzie się dalej. Im więcej osób wie, że poszukujesz pracy, tym lepiej dla Ciebie, ponieważ w ten sposób pracy dla Ciebie szukają także inne osoby.

Pamiętaj!

Najważniejsze to upowszechnić wiadomość o tym, że szukasz pracy.

A najłatwiejszym sposobem jest sieć kontaktów osobistych:

- rodzina bliższa i dalsza,
- przyjaciele,
- koledzy,
- znajomi, ich rodziny i znajomi.



Dzięki sieci kontaktów osobistych możesz zdobyć informacje:

- o wolnym miejscu pracy w firmie, w której starasz się o posadę,
- o sytuacji w danym przedsiębiorstwie, potrzebach, problemach, charakterze szefa – są to informacje, które mogą dać Ci przewagę w początkowej fazie rozmowy,
- o firmach, które powstają lub rozwijają się i w związku z tym, warto tam zapytać o pracę,
- o kimś, kto zmienia pracę – może powstały wakat będzie dla Ciebie interesujący.

Osoby z Twojej sieci kontaktów mogą także utorować Ci drogę do spotkania z pracodawcą. Protekcja ma jednak granicę – jest nią rozmowa kwalifikacyjna. Pomoc osobie poleconej polega na tym, że omija ona wstępne szczeble

selekcji i od razu zostaje przyjęta na rozmowę przez osobę prowadzącą rekrutację. **O dalszym jej losie decyduje to samo, co o wszystkich pozostałych, tj. predyspozycje i kwalifikacje.**

3.3. WIZYTY U PRACODAWCÓW

Metoda ta jest czasochłonna, ale też efektywna. Wiele informacji o wolnych miejscach pracy nigdy nie pojawi się w ogłoszeniach prasowych czy urzędach pracy. Dlatego też poszukując zatrudnienia należy wykazać się inicjatywą i udać się bezpośrednio do interesujących nas firm i instytucji.

Z danych statystycznych wynika, że 2/3 miejsc pracy powstaje w firmach zatrudniających mniej niż 20 pracowników. Do tych firm łatwiej dotrzeć z uwagi na najmniej sformalizowaną i zbiurokratyzowaną strukturę.

Odwiedzając pracodawcę należy:

- **rozmawiać o możliwych, potencjalnych miejscach pracy,**
- **zostawić swoją ofertę,**
- **dać pracodawcy czas na zastanowienie się nad naszą ofertą.**

W przypadku bezpośredniego kontaktu z pracodawcą wykorzystujemy element zaskoczenia. Jeśli dostaniemy się do szefa firmy, możemy spróbować od razu doprowadzić do rozmowy kwalifikacyjnej. Składając swoją ofertę lub rozmawiając z przedstawicielem firmy, która nie ogłasza nigdzie wolnych miejsc pracy, zwiększamy swoje szanse, ponieważ prawdopodobnie konkurencja będzie tam mniejsza.



3.4. KORZYSTANIE Z POMOCY ORGANIZACJI OTOCZENIA RYNKU PRACY

Podczas poszukiwania pracy możesz skorzystać z usług różnych instytucji zajmujących się problematyką rynku pracy. Należą do nich:

- Powiatowe Urzędy Pracy
- Wojewódzki Urząd Pracy
- Ochotnicze Hufce Pracy
- Agencje Zatrudnienia
- Instytucje Szkoleniowe
- Akademickie Biura Karier
- Poradnie Psychologiczno-Pedagogiczne
- Gminne Centra Informacji
- Organizacje pozarządowe, fundacje, stowarzyszenia.

3.4.1. Powiatowy Urząd Pracy

Głównym zadaniem **Powiatowego Urzędu Pracy** jest szeroko pojęta pomoc osobom bezrobotnym i poszukującym pracy w znalezieniu zatrudnienia oraz aktywizowanie ich na rynku pracy. Większość osób rejestruje się w urzędzie, głównie po to, aby otrzymać zasiłek i uprawnienia do bezpłatnych świadczeń medycznych, jednak warto to zrobić także z innego powodu. Zapytaj w Twoim urzędzie, z jakiej formy pomocy możesz skorzystać. Powiatowe Urzędy Pracy realizują następujące usługi rynku pracy: pośrednictwo pracy, poradnictwo zawodowe i informację zawodową, pomoc w aktywnym poszukiwaniu pracy oraz organizację szkoleń. Oferty pracy pozyskiwane przez powiatowe urzędy pracy dostępne są na ich stronach internetowych, a także w Centralnym Banku Ofert Pracy na portalu www.psz.praca.gov.pl. Portal ten umożliwia dostęp do aktualnych informacji o wolnych miejscach pracy z całego kraju.

Ponadto osoba zarejestrowana w powiatowym urzędzie pracy może skorzystać z aktywnych form przeciwdziałania bezrobociu, określonych w ustawie z dnia 20 kwietnia 2004 roku o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy m.in. takich jak: staż, przygotowanie zawodowe dorosłych, prace interwencyjne, roboty publiczne.

W tym celu powinna się zgłosić do **Centrum Aktywizacji Zawodowej** - wyspecjalizowanej komórki organizacyjnej, która realizuje ww. zadania w zakresie usług rynku pracy oraz instrumentów rynku pracy. Zatrudnieni w niej



doradca zawodowy i pośrednik pracy pomagają osobie bezrobotnej określić jej potrzeby, oczekiwania oraz możliwości podjęcia pracy w określonym zawodzie. Na tej podstawie wspólnie z klientem opracowują indywidualny tok rozwoju zawodowego.

Ponadto w ramach powiatowych urzędów pracy tworzone mogą być **lokalne punkty informacyjno-konsultacyjne**. Mają one na celu udzielanie osobom zainteresowanym oraz pracodawcom informacji o możliwościach i zakresie udzielenia pomocy osobom bezrobotnym i poszukującym pracy. Swoje zadania mają realizować przy wykorzystaniu systemów teleinformatycznych umożliwiających dostęp do rejestrów publicznych prowadzonych w powiatowych urzędach pracy.

Lokalny punkt informacyjno-konsultacyjny stanowi istotną część struktury urzędu pracy, która prowadzi do polepszenia dostępności usług oferowanych przez PUP zarówno dla bezrobotnych, jak i pracodawców. W punktach tych bezpośrednio rozpoznawane są potrzeby osób bezrobotnych i stosowane określone działania zmierzające do poprawy ich sytuacji na rynku pracy.

W punktach takich osoby bezrobotne oraz pracodawcy będą mogli:

- dokonać czynności rejestracyjnych,
- uzyskać istotne informacje na temat całego katalogu oferowanych przez PUP usług,
- uzyskać informacje dotyczące pomocy pracodawcom,
- dzięki pośrednikom pracy będą prowadzone w poszczególnych gminach rozpoznania wśród pracodawców dotyczące zapotrzebowania na określonych pracowników.

Do aktywnych form pomocy należą:

Staż oznacza nabywanie przez bezrobotnego umiejętności praktycznych do wykonywania pracy poprzez wykonywanie zadań w miejscu pracy bez nawiązania stosunku pracy z pracodawcą.

Do odbycia stażu może zostać skierowana osoba bezrobotna:

- do 25 roku życia,
- która nie ukończyła 27 lat i nie minęło 12 miesięcy od dnia określonego w dyplomie, świadectwie lub innym dokumencie poświadczającym ukończenie przez nią szkoły wyższej,
- pozostająca w rejestrze powiatowego urzędu pracy łącznie przez okres ponad 12 miesięcy w okresie ostatnich 2 lat,
- kobieta, która nie podjęła zatrudnienia po urodzeniu dziecka,
- po zakończeniu realizacji kontraktu socjalnego,
- powyżej 50 roku życia,
- bez kwalifikacji zawodowych, bez doświadczenia zawodowego lub bez wykształcenia średniego,
- samotnie wychowująca co najmniej jedno dziecko do 18 roku życia,
- która po odbyciu kary pozbawienia wolności nie podjęła zatrudnienia,
- o orzecznym stopniu niepełnosprawności.

Staż może trwać do 12 miesięcy dla osób do 25 roku życia i absolwentów szkół wyższych, którzy nie ukończyli 27 lat, dla pozostałych bezrobotnych, wymienionych powyżej do 6 miesięcy. Dokładny czas jego trwania określony jest w umowie zawartej pomiędzy pracodawcą a powiatowym urzędem pracy.

Staż odbywa się według programu przygotowanego przez wnioskodawcę. Osobie bezrobotnej w okresie odbywania stażu przysługuje stypendium w wysokości 120% kwoty zasiłku dla bezrobotnych oraz 2 dni wolne za każde 30 dni kalendarzowych odbywania stażu. Po jego zakończeniu pracodawca wydaje opinię o kwalifikacjach bezrobotnego i nabytych umiejętnościach zawodowych, na podstawie której powiatowy urząd pracy wystawia zaświadczenie o odbyciu stażu.

Przygotowanie zawodowe dorosłych odbywa się bez nawiązania stosunku pracy z pracodawcą w formie:

1. praktycznej nauki zawodu umożliwiającej przystąpienie do egzaminu kwalifikacyjnego na tytuł zawodowy lub egzaminu czeladniczego;
2. przyuczenia do pracy dorosłych mającego na celu zdobycie wybranych kwalifikacji zawodowych lub umiejętności, niezbędnych do wykonywania określonych zadań zawodowych, właściwych dla zawodu występującego w klasyfikacji zawodów i specjalności dla potrzeb rynku pracy.



Skierowanie do odbycia przygotowania zawodowego mogą otrzymać:

a) osoba bezrobotna,

b) osoba poszukująca pracy, która:

- otrzymuje świadczenie socjalne przysługujące na urlopie górniczym lub górniczy zasiłek socjalny, określony w odrębnych przepisach,
- uczestniczy w zajęciach w Centrum Integracji Społecznej lub indywidualnym programie integracji, o którym mowa w przepisach o pomocy społecznej,
- jest żołnierzem rezerwy,
- pobiera rentę szkoleniową,
- pobiera świadczenie szkoleniowe przyznane przez pracodawcę na wniosek pracownika przysługujące po rozwiązaniu stosunku pracy lub stosunku służbowego na czas udziału pracownika w szkoleniach, w okresie nie dłuższym niż 6 miesięcy.

Praktyczna nauka zawodu dorosłych trwa od 12 do 18 miesięcy, a przyuczenie do pracy dorosłych trwa od 3 do 6 miesięcy. Uczestnikowi przygotowania zawodowego dorosłych przysługuje stypendium w wysokości 120 % kwoty zasiłku oraz 2 dni wolne za każde 30 dni kalendarzowych jego odbywania.

Prace interwencyjne jest to zatrudnienie bezrobotnego przez pracodawcę na podstawie umowy zawartej z powiatowym urzędem pracy, mające na celu wsparcie osób będących w szczególnie niekorzystnej sytuacji na rynku pracy.

Z prac interwencyjnych mogą skorzystać:

- bezrobotni do 25 roku życia,
- bezrobotni długotrwale, albo po zakończeniu realizacji kontraktu socjalnego, albo kobiety, które nie podjęły zatrudnienia po urodzeniu dziecka,
- bezrobotni powyżej 50 roku życia,
- bezrobotni bez kwalifikacji zawodowych, bez doświadczenia zawodowego lub bez wykształcenia średniego
- bezrobotni samotnie wychowujący co najmniej jedno dziecko do 18 roku życia,
- bezrobotni, którzy po odbyciu kary pozbawienia wolności nie podjęli zatrudnienia,
- bezrobotni niepełnosprawni.

Dokładny czas trwania zatrudnienia bezrobotnych i dofinansowania do wynagrodzenia określony jest w umowie o zorganizowanie i finansowanie prac interwencyjnych. Czas ten zależy też od kategorii osób bezrobotnych kierowanych przez urząd do zatrudnienia w ramach tej formy.

Pracodawca z tytułu zatrudnienia bezrobotnych w ramach prac interwencyjnych otrzymuje przez okres określony w powyższej umowie refundację części wynagrodzenia, nagrody oraz składki na ubezpieczenie społeczne.

Roboty publiczne to zatrudnienie bezrobotnego w okresie nie dłuższym niż 12 miesięcy przy wykonywaniu prac organizowanych przez gminy, organizacje pozarządowe statutowo zajmujące się problematyką: ochrony środowiska, kultury, oświaty, kultury fizycznej i turystyki, opieki zdrowotnej, bezrobocia oraz pomocy społecznej, a także spółki wodne i ich związki, jeżeli prace są finansowane lub dofinansowane ze środków samorządu terytorialnego, budżetu państwa, funduszy celowych, organizacji pozarządowych, spółek wodnych i ich związków.

W ramach robót publicznych mogą być zatrudnieni:

- długotrwale bezrobotni, albo po zakończeniu realizacji kontraktu socjalnego, albo kobiety, które nie podjęły zatrudnienia po urodzeniu dziecka,
- bezrobotni powyżej 50 roku życia,
- bezrobotni bez kwalifikacji zawodowych, bez doświadczenia zawodowego lub bez wykształcenia średniego,
- bezrobotni samotnie wychowujący co najmniej jedno dziecko do 18 roku życia,
- bezrobotni, którzy po odbyciu kary pozbawienia wolności nie podjęli zatrudnienia,
- bezrobotni niepełnosprawni,
- bezrobotni będący dłużnikami alimentacyjnymi.

Organizator robót publicznych, który zatrudnił skierowanych bezrobotnych przez okres 6 miesięcy, otrzymuje zwrot części kosztów poniesionych na wynagrodzenia oraz składki na ubezpieczenia społeczne bezrobotnych w wysokości uprzednio uzgodnionej, nie przekraczającej jednak kwoty 50% przeciętnego wynagrodzenia obowiązującego w ostatnim dniu zatrudnienia każdego rozliczanego miesiąca i składek na ubezpieczenia społeczne od refundowanego wynagrodzenia.

Prace społecznie użyteczne to prace wykonywane przez bezrobotnych bez prawa do zasiłku na skutek skierowania przez starostę, organizowane przez gminę w jednostkach organizacyjnych pomocy społecznej, organizacjach lub instytucjach statutowo zajmujących się pomocą charytatywną lub na rzecz społeczności lokalnej.

Wykonywanie prac społecznie użytecznych odbywa się na podstawie porozumienia zawartego między starostą (powiatowym urzędem pracy) a gminą, na rzecz której prace społecznie użyteczne będą wykonywane.

W ramach prac społecznie użytecznych mogą być zatrudnieni bezrobotni:

- dla których upłynął już czas pobierania zasiłku bądź też nie nabyli do niego prawa i korzystają ze świadczeń pomocy społecznej;
- uczestniczący w kontrakcie socjalnym, indywidualnym programie usamodzielniania, lokalnym programie pomocy społecznej lub indywidualnym programie zatrudnienia socjalnego, jeżeli podjęli uczestnictwo w tych formach w wyniku skierowania powiatowego urzędu pracy.

Prace społecznie użyteczne wykonywane są na terenie gminy w miejscu zamieszkania lub pobytu bezrobotnego w wymiarze do 10 godzin tygodniowo (40 godzin miesięcznie) za wynagrodzeniem określonym w ustawie o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy.

Osoby bezrobotne zarejestrowane w powiatowym urzędzie pracy, a także pracodawcy mogą skorzystać z **instrumentów rynku pracy wspierających podstawowe usługi rynku pracy**. Są nimi:

- finansowanie kosztów przejazdu do pracodawcy zgłaszającego ofertę pracy lub do miejsca pracy, odbywania stażu, przygotowania zawodowego dorosłych lub odbywania zajęć w zakresie poradnictwa zawodowego lub pomocy w aktywnym poszukiwaniu pracy w związku ze skierowaniem przez powiatowy urząd pracy;
- finansowanie kosztów zakwaterowania w miejscu pracy osobie, która podjęła zatrudnienie lub inną pracę zarobkową, staż, przygotowanie zawodowe dorosłych poza miejscem stałego zamieszkania, w przypadku skierowania przez powiatowy urząd pracy;
- dofinansowanie wyposażenia miejsca pracy, podjęcia działalności gospodarczej, kosztów pomocy prawnej, konsultacji i doradztwa;
- refundowanie kosztów poniesionych z tytułu opłaconych składek na ubezpieczenie społeczne w związku z zatrudnieniem skierowanego bezrobotnego;

- finansowanie dodatków aktywizacyjnych;
- finansowanie kosztów zorganizowanego przejazdu bezrobotnych i poszukujących pracy, w związku z udziałem tych osób w targach pracy i giełdach pracy organizowanych przez wojewódzki urząd pracy w ramach pośrednictwa pracy, w szczególności prowadzonego w ramach sieci EURES.

Stan prawny na dzień 25.08.2011 r.

3.4.2. Wojewódzki Urząd Pracy

W **Wojewódzkim Urzędzie Pracy** możesz skorzystać z usług informacji i poradnictwa zawodowego oraz zajęć aktywizacyjnych świadczonych przez Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej, a także pośrednictwa pracy w ramach EURES. Ponadto Urząd w okresie 2007-2013 efektywnie wdraża w województwie Program Operacyjny Kapitał Ludzki finansowany z Europejskiego Funduszu Społecznego.

Jako Instytucja Pośrednicząca 2 stopnia Urząd ogłasza konkursy w ramach:

- **Działania 6.1 „Poprawa dostępu do zatrudnienia oraz wspieranie aktywności zawodowej w regionie”,**
- **Działania 8.1 „Rozwój pracowników i przedsiębiorstw w regionie”,**
- **Działania 6.2 „Wsparcie oraz promocja przedsiębiorczości i samozatrudnienia”.**

(informacja na temat tego działania zamieszczona jest w Części VI pn. „A może własna firma?”)

Centrum Informacji i Planowania Kariery Zawodowej to wyspecjalizowana komórka organizacyjna, która pomaga klientom w podejmowaniu decyzji zawodowych. Profesjonalna kadra doradców zawodowych i psychologów przy użyciu testów psychologicznych pomaga określić preferencje, uzdolnienia oraz predyspozycje do wykonywania określonego zawodu. Świadomość własnych umiejętności, talentów, źródeł motywacji do pracy, predyspozycji

CZĘŚĆ III - JAK I GDZIE SKUTECZNIE SZUKAĆ PRACY

osobowościowych i temperamentalnych sprawia, że podejmujesz trafniejsze i bardziej satysfakcjonujące decyzje zawodowe.

W ramach zajęć aktywizacyjnych dowiesz się, jak skutecznie poszukiwać pracy w kraju i za granicą, w tym m.in.: poznasz zasady przygotowania dokumentów aplikacyjnych - również według standardów europejskich - oraz sztukę prowadzenia rozmowy z pracodawcą. Masz także możliwość doskonalenia umiejętności interpersonalnych na treningach asertywności, komunikacji, autoprezentacji.

Ponadto doradcy zawodowi Centrum świadczą usługi w zakresie opracowywania i udostępniania szeroko rozumianej informacji zawodowej, która wspomaga proces podejmowania decyzji zawodowych, a także umożliwia klientom dokładniejszą orientację w świecie pracy.

Zasoby informacyjne dotyczą informacji o rynku pracy i zawodach, możliwościach kształcenia i doskonalenia kwalifikacji oraz instytucjach świadczących pomoc osobom bezrobotnym i poszukującym pracy. Informacje zawodowe gromadzone są w formie publikacji, broszur, ulotek informacyjnych, teczek i przewodników po zawodach, komputerowych baz danych o możliwościach



kształcenia, filmów o zawodach, programów multimedialnych, informatorów o szkołach i uczelniach wyższych oraz specjalistycznej literatury.

W Centrum możesz także uzyskać informacje o usługach pośrednictwa pracy w województwie (w tym agencjach zatrudnienia), realizowanych programach rynku pracy, instytucjach szkoleniowych i ich ofertach.

EURES to sieć publicznych służb zatrudnienia i ich partnerów na unijnym rynku pracy, której celem jest międzynarodowe pośrednictwo pracy oraz informowanie o warunkach życia i pracy w krajach UE oraz Norwegii, Islandii, Szwajcarii i Liechtensteinie.

Usługi EURES polegają przede wszystkim na udzielaniu pomocy osobom bezrobotnym, poszukującym pracy w uzyskaniu odpowiedniego zatrudnienia, a pracodawcom w pozyskaniu pracowników o określonych kwalifikacjach zawodowych.

W każdym z krajów członkowskich działają doradcy EURES, którzy pełnią funkcję pośredników pracy. To oni zbierają oferty pracy od pracodawców ze swojego regionu i - po sprawdzeniu wiarygodności firmy - wprowadzają do wspólnej bazy, która znajduje się na Europejskim Portalu Mobilności Zawodowej - www.eures.europa.eu. Taka procedura zabezpiecza poszukujących pracy przed nieuczciwymi pracodawcami.

W Polsce doradcy EURES działają w wojewódzkich urzędach pracy. Ich pełna lista znajduje się na stronie www.eures.praca.gov.pl. Osoby zainteresowane podjęciem pracy, uzyskaniem niezbędnych informacji nt. sytuacji na rynku pracy i warunków życia w danym kraju Unii Europejskiej mogą zgłaszać się do doradcy EURES w Wojewódzkim Urzędzie Pracy w Kielcach oraz pośredników pracy realizujących zadania EURES w każdym Powiatowym Urzędzie Pracy województwa świętokrzyskiego.

Portal EURES jest dobrym narzędziem do szukania pracy za granicą, ponieważ zawiera oferty z 31 krajów Europy, jest prosty w obsłudze i przede wszystkim - darmowy - zamieszczenie oferty na stronach EURES jest bezpłatne. Ponadto zawiera informacje niezbędne dla osób wyjeżdżających do innego kraju.

Poszukujący pracy i bezrobotni mogą również umieścić swoje dane w bazie CV, wypełniając formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie internetowej EURES. Zarejestrować może się każdy, i to bez konieczności kontaktu z doradcą EURES. Pracodawcy, po uprzednim dopełnieniu procedury rejestracyjnej, mogą przeglądać umieszczone w bazie CV kandydatów.

Działanie 6.1 Poprawa dostępu do zatrudnienia oraz wspieranie aktywności zawodowej w regionie

Działanie 6.1 kierowane jest do wszystkich osób pozostających bez zatrudnienia, zarejestrowanych i niezarejestrowanych jako bezrobotne.

Dla wszystkich osób pozostających bez zatrudnienia oferowane są:

- szkolenia zawodowe i kursy językowe prowadzące do podniesienia, uzupełnienia lub zmiany kwalifikacji zawodowych,
- staże, praktyki zawodowe pozwalające nabyć praktyczne doświadczenie w miejscu pracy,
- subsydiowane zatrudnienie, pośrednictwo pracy, poradnictwo zawodowe,
- warsztaty w zakresie technik aktywnego poszukiwania pracy oraz nabywania kompetencji kluczowych.

Natomiast osoby zarejestrowane jako bezrobotne w Powiatowym Urzędzie Pracy mogą skorzystać ze szkoleń, staży, prac interwencyjnych, jednorazowych środków na podjęcie działalności gospodarczej, doposażenia lub wyposażenia stanowiska pracy u pracodawców dla skierowanych bezrobotnych oraz przygotowania zawodowego dorosłych.

Projekty dla wszystkich osób pozostających bez zatrudnienia realizowane są przez Beneficjentów, wyłonionych przez Wojewódzki Urząd Pracy w drodze konkursu. Projekty dla osób zarejestrowanych jako bezrobotne realizują Powiatowe Urzędy Pracy.

Działanie 8.1 Rozwój pracowników i przedsiębiorstw w regionie

W ramach Działania 8.1 w województwie świętokrzyskim realizowane są następujące projekty:

- **szkolenia zawodowe i kursy językowe** kierowane do dorosłych osób pracujących, które z własnej inicjatywy są zainteresowane nabyciem nowych, uzupełnianiem lub podwyższaniem kwalifikacji i umiejętności (poza godzinami pracy), jak również osób odchodzących z rolnictwa i pracowników branż dotkniętych procesami restrukturyzacyjnymi i modernizacyjnymi.
- **fachowe doradztwo i informacja zawodowa**, w tym indywidualne plany działań i pomoc w wyborze odpowiedniego zawodu i miejsca zatrudnienia.

Z Działania 8.1 mogą skorzystać osoby pracujące, chcące z własnej inicjatywy podnosić kwalifikacje oraz pracownicy świętokrzyskich przedsiębiorstw, do

których kierowana jest odrębna oferta projektów doskonalących. Warunkiem ubiegania się o udział w projekcie jest zatrudnienie na podstawie umowy o pracę, umów cywilnoprawnych oraz form świadczenia pracy.

Projekty dla osób pracujących realizowane są przez Beneficjentów wyłonionych przez Wojewódzki Urząd Pracy w drodze konkursu.

Wykazy aktualnych projektów realizowanych w ramach Działów 6.1 oraz 8.1 można znaleźć na stronie **www.wup.kielce.pl/pokl**. Niezbędnych informacji udziela również **Oddział ds. Polityki Rynku Pracy, Projektów i Promocji EFS** Wojewódzkiego Urzędu Pracy.

3.4.3. Ochotnicze Hufce Pracy

Ochotnicze Hufce Pracy wykonują zadania państwa w zakresie zatrudnienia oraz przeciwdziałania marginalizacji i wykluczeniu społecznemu młodzieży, a także zadania w zakresie jej kształcenia i wychowania.

Należą do nich m.in.:

- prowadzenie pośrednictwa pracy oraz organizacja zatrudnienia:
 - młodzieży w wieku powyżej 15 lat, która nie ukończyła szkoły podstawowej lub gimnazjum albo nie kontynuuje nauki po ukończeniu tych szkół,
 - bezrobotnych do 25 roku życia,
 - uczniów i studentów w formie krótkotrwałego zatrudnienia w czasie wolnym od zajęć,
- prowadzenie poradnictwa zawodowego dla młodzieży oraz mobilnych centrów informacji zawodowej,
- inicjowanie międzynarodowej współpracy i wymiany młodzieży,
- refundacja kosztów poniesionych przez pracodawcę na wynagrodzenia i składki na ubezpieczenia społeczne młodocianych pracowników.

3.4.4. Agencje Zatrudnienia

Wysoki poziom bezrobocia w Polsce powoduje, że z roku na rok coraz więcej osób korzysta z usług agencji zatrudnienia. Prowadzą one działalność gospodarczą w zakresie świadczenia następujących usług:

- **pośrednictwa pracy, polegającego w szczególności na:**
 - a) udzielaniu pomocy osobom w uzyskaniu odpowiedniego zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej oraz pracodawcom w pozyskaniu pracowników o poszukiwanych kwalifikacjach zawodowych,
 - b) pozyskiwaniu i upowszechnianiu ofert pracy,
 - c) udzielaniu pracodawcom informacji o kandydatach do pracy w związku ze zgłoszoną ofertą pracy,
 - d) informowaniu kandydatów do pracy oraz pracodawców o aktualnej sytuacji i przewidywanych zmianach na lokalnym rynku pracy,
 - e) inicjowaniu i organizowaniu kontaktów osób poszukujących odpowiedniego zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej z pracodawcami,
 - f) kierowaniu osób do pracy za granicą u pracodawców zagranicznych,
- **doradztwa personalnego, polegającego w szczególności na:**
 - a) prowadzeniu analizy zatrudnienia u pracodawców, określaniu kwalifikacji pracowników i ich predyspozycji oraz innych cech niezbędnych do wykonywania określonej pracy,
 - b) wskazywaniu źródeł i metod pozyskania kandydatów na określone stanowiska pracy,
 - c) weryfikacji kandydatów pod względem oczekiwanych kwalifikacji i predyspozycji,
- **poradnictwa zawodowego, polegającego w szczególności na:**
 - a) udzielaniu pomocy w wyborze odpowiedniego zawodu i miejsca zatrudnienia,
 - b) udzielaniu informacji niezbędnych do podejmowania decyzji zawodowych, w szczególności o zawodach, rynku pracy oraz możliwościach szkolenia i kształcenia,
 - c) inicjowaniu, organizowaniu i prowadzeniu grupowych porad zawodowych, zajęć aktywizujących w zakresie pomocy w aktywnym poszukiwaniu pracy,
 - d) udzielaniu pracodawcom pomocy w doborze kandydatów do pracy, w szczególności na udzielaniu informacji i doradztwie w tym zakresie,

CZĘŚĆ III - JAK I GDZIE SKUTECZNIE SZUKAĆ PRACY

- **pracy tymczasowej**, polegającej na kierowaniu osób do wykonywania pracy tymczasowej na rzecz i pod kierownictwem pracodawcy.

Jak korzystać z usług agencji zatrudnienia?

1. Sprawdź, czy podmiot wpisany jest do Krajowego Rejestru Agencji Zatrudnienia (www.kraz.praca.gov.pl) i posiada certyfikat uprawniający go do prowadzenia działalności. Jeżeli takiego certyfikatu nie posiada, to znaczy, że działa nielegalnie.
2. Nie korzystaj z ofert pracy zamieszczanych w prasie zawierających jedynie numer telefonu kontaktowego oraz spotkań z pośrednikiem pracy poza biurem firmy (np. w kawiarni, na dworcu itp.).
3. Pamiętaj, że polski pośrednik nie ma prawa do pobierania opłat za znalezienie pracy.
4. Nie płać pośrednikowi „z góry” bez pokwitowania i poza biurem firmy. Pamiętaj, że dowód wpłaty na konto pośrednika – oszusta nie daje szans na odzyskanie wpłaconej kwoty. Do zakładania kont bankowych mogą być wykorzystywane podstawione osoby.
5. Nigdy nie płać przed wyjazdem za mieszkanie za granicą oferowane przez pośrednika. Zwykle kontakt kończy się na pobraniu opłat za lokal.
6. Zanim zapłacisz pośrednikowi za przejazd lub kurs nauki języka obcego, sprawdź, ile wynoszą ceny w innych firmach. Nie przepłacaj!
7. Pamiętaj, że polski pośrednik pracy nie ma prawa żądać zwrotu kosztów poniesionych za skierowanie do zagranicznego pośrednika pracy.
8. Pamiętaj, że polski pośrednik pracy powinien kierować Cię do pracodawcy zagranicznego, a nie do innej zagranicznej agencji zatrudnienia.
9. Sprawdź w rejestrze ewidencji działalności gospodarczej lub Krajowym Rejestrze Sądowym, czy dany pośrednik ma zgłoszoną działalność gospodarczą, jak długo działa, czy posiada własne biuro/lokal.
10. Zawsze sprawdzaj, czy dany pośrednik posiada umowę zawartą z pracodawcą zagranicznym i czy wysłał już ludzi do pracy za granicę. Warto poprosić o numery telefonów pracodawców zagranicznych oraz do osób, które skorzystały z jego usług i mogą potwierdzić jego wiarygodność i rzetelność.



Agencje **mogą pobierać opłaty** z tytułu faktycznie poniesionych kosztów związanych ze skierowaniem do pracy za granicą, pod warunkiem wyspecyfikowania tych opłat w umowie zawartej z osobą kierowaną do pracy, tj. kosztów:

- poniesionych na dojazd i powrót osoby skierowanej,
- wydania wizy,
- badań lekarskich,
- tłumaczeń dokumentów.



Agencje **nie mogą pobierać opłat** od osób kierowanych do pracy za granicą tytułem przedpłat, kaucji oraz opłat związanych z wyszukiwaniem i wskazaniem pracodawcy zagranicznego, w szczególności:

- opłat eksploatacyjnych,
- wynagrodzenia pracowników,
- opłat z tytułu wynajmu lokalu,
- wyjazdów pracowników agencji,
- rekrutacji,
- usług pocztowo – telekomunikacyjnych,
- druków, reklam i ogłoszeń prasowych.

Informacje o działalności nielegalnych pośredników pracy należy zgłaszać do Państwowej Inspekcji Pracy oraz na policję lub do prokuratury.

Przydatne strony internetowe, z którymi warto się zapoznać zanim zaczniesz szukać pracy:

- | | |
|--|--|
| www.mpips.gov.pl | - Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej |
| www.kraz.praca.gov.pl | - Krajowy Rejestr Agencji Zatrudnienia |
| www.pip.gov.pl | - Państwowa Inspekcja Pracy |
| www.kielce.oip.pl | - Państwowa Inspekcja Pracy - Okręgowy Inspektorat Pracy w Kielcach. |

Stan prawny na dzień 25.08.2011 r.

3.4.5. Instytucje szkoleniowe

W dzisiejszych czasach warunkiem podjęcia pracy, a także utrzymania zatrudnienia jest ustawiczne podnoszenie swoich kwalifikacji i umiejętności, które może być realizowane w ramach szkolnych i pozaszkolnych form edukacji zawodowej.

Edukację pozaszkolną prowadzą publiczne i niepubliczne podmioty zwane instytucjami szkoleniowymi. Osoby bezrobotne i poszukujące pracy mogą zostać skierowane na szkolenie tylko do instytucji posiadającej wpis do **Rejestru Instytucji Szkoleniowych (RIS)**. Dzięki takiej bazie urzędy pracy w jednym miejscu mają dostęp do oferty szkoleniowej kilku tysięcy podmiotów. Ponadto z Rejestru może skorzystać każdy, kto tylko ma dostęp do Internetu.

Rejestr Instytucji Szkoleniowych zawiera informacje m.in. o:

- nazwie i adresie instytucji szkoleniowej,
- kadrze prowadzącej szkolenia,
- bazie lokalowej, jej wyposażeniu i środkach dydaktycznych,
- obszarze i tematyce szkoleń,
- metodach oceny jakości szkoleń,
- liczbie bezrobotnych i poszukujących pracy objętych szkoleniami w okresie ostatniego roku,
- pomocy udzielanej uczestnikom szkolenia lub przygotowania zawodowego po jego zakończeniu.

Rejestr prowadzony jest od **1 grudnia 2004 r.**
przez **Wojewódzkie Urzędy Pracy.**

Baza danych o zarejestrowanych instytucjach szkoleniowych jest dostępna pod następującymi adresami internetowymi:

www.ris.praca.gov.pl

www.psz.praca.gov.pl (zakładka: Rejestr Instytucji Szkoleniowych)

www.wup.kielce.pl (zakładka: Rejestr Instytucji Szkoleniowych)

Stan prawny na dzień 25.08.2011 r.

3.4.6. Gminne Centra Informacji

Gminne Centra Informacji (GCI) to placówki ukierunkowane na aktywizację społeczności lokalnych, zwłaszcza ludzi młodych oraz na ożywienie lokalnego rynku. Funkcjonują jako pracownie multimedialne wyposażone w stanowiska komputerowe ze stałym łączem internetowym. Ich klientami mogą być praktycznie wszyscy mieszkańcy gminy, na terenie której są zlokalizowane.

Działalność Gminnych Centrów Informacji jest wielokierunkowa. Pracownicy GCI udzielają pomocy absolwentom, bezrobotnym i poszukującym pracy, służąc im poradami i informacjami, pracodawcom umożliwiają m.in. pozyskanie odpowiednich pracowników, a z pozostałymi instytucjami tworzą sieć współpracy i wymiany informacji. Prowadzą warsztaty szkoleniowe w zakresie technik aktywnego poszukiwania pracy, realizują projekty promujące samozatrudnienie, świadczą usługi informacji i poradnictwa zawodowego. Podczas warsztatów ich uczestnicy mają możliwość poznania samego siebie, świata zawodów, dróg kształcenia, pisania dokumentów aplikacyjnych oraz metod poszukiwania pracy.

Gminne Centra Informacji poprzez świadczenie ww. usług ułatwiają osobom bezrobotnym i poszukującym pracy kontakt z powiatowymi urzędami pracy.

3.4.7. Akademickie Biura Karier

Akademickie Biura Karier (ABK) to jednostki uczelni i szkół wyższych działające na rzecz aktywizacji zawodowej studentów i absolwentów.

Z pomocy Biur korzystają osoby, które chcą uzyskać poradę zawodową, informacje o rynku pracy lub znaleźć zatrudnienie, oraz pracodawcy poszukujący kandydatów na wolne miejsca pracy. Do podstawowych zadań Biur zalicza się w szczególności dostarczanie studentom i absolwentom informacji o rynku pracy i możliwościach podnoszenia kwalifikacji zawodowych, zbieranie, klasyfikowanie i udostępnianie ofert pracy, staży i praktyk zawodowych, prowadzenie bazy danych osób zainteresowanych znalezie-

niem pracy, pomoc pracodawcom w pozyskiwaniu odpowiednich kandydatów na wolne miejsca pracy i staże zawodowe.

Pomoc studentom i absolwentom w wejściu na rynek pracy prowadzona jest w formie doradztwa indywidualnego, warsztatów, spotkań i zajęć poświęconych zagadnieniom rynku pracy oraz planowaniu drogi zawodowej. Oprócz pomocy doradczej i informacyjnej, Biura Karier realizują zadania ukierunkowane na współpracę z pracodawcami polskimi i zagranicznymi poprzez obsługę ofert pracy, organizowanie prezentacji firm i targów pracy na uczelni oraz ułatwianie studentom kontaktów z pracodawcami.

W województwie świętokrzyskim Akademickie Biura Karier funkcjonują przy siedmiu uczelniach i szkołach wyższych.

3.4.8. Poradnie Psychologiczne – Pedagogiczne

Poradnie Psychologiczne – Pedagogiczne to specjalistyczne instytucje, zajmujące się zagadnieniami orientacji i poradnictwa zawodowego dla młodzieży szkolnej i studiującej.

Prowadzą badania diagnostyczne (indywidualne lub grupowe), pozwalające określić predyspozycje i preferencje zawodowe uczniów.

Szerzą wiedzę z zakresu informacji i orientacji szkolno-zawodowej, wspierają umiejętności wychowawcze nauczycieli, rodziców poprzez organizowanie warsztatów, grup wsparcia i innych zajęć edukacyjnych oraz kompletują metody do zajęć grupowych z uczniami z zakresu doradztwa zawodowego.

3.4.9. Organizacje pozarządowe, fundacje, stowarzyszenia

Caritas Diecezji Kieleckiej

Caritas Diecezji Kieleckiej jest znaczącą w regionie organizacją pożytku publicznego. Jednym z najważniejszych obszarów jej działalności jest aktywizacja zawodowa i społeczna osób zagrożonych marginalizacją i wykluczeniem społecznym.

CZĘŚĆ III - JAK I GDZIE SKUTECZNIE SZUKAĆ PRACY

Caritas Kielecka udziela m.in.: pomocy i wsparcia w zakresie reintegracji społecznej i zawodowej osób długotrwale bezrobotnych, przygotowuje do samodzielności i aktywności na rynku pracy, przyczynia się do integracji społecznej i rodzinnej.

Zadania w zakresie aktywizacji zawodowej i społecznej realizują następujące placówki: **Centrum Integracji Społecznej** oraz **Kluby Integracji Społecznej**.

Caritas Diecezji Sandomierskiej

Caritas Diecezji Sandomierskiej jest instytucją charytatywną, której celem jest niesienie pomocy osobom znajdującym się w trudnej sytuacji. Działanie to realizowane jest poprzez zakładanie i prowadzenie domów samotnej matki, świetlic, przedszkoli, szkół podstawowych, gimnazjów, szkół przysposabiających do zawodu, placówek opiekuńczo – wychowawczych, ośrodków rehabilitacyjno – edukacyjnych dla osób niepełnosprawnych, ośrodków interwencji kryzysowej, warsztatów terapii zajęciowej, schronisk dla bezdomnych, niepublicznych zakładów opieki zdrowotnej, rehabilitacyjnych i pielęgnacyjnych, ośrodków wypoczynkowych, organizowanie pomocy doraźnej, udział w akcjach na rzecz osób potrzebujących i niepełnosprawnych.

Caritas Diecezji Sandomierskiej
ul. Opatowska 10, 27-600 Sandomierz
tel.: 15 644 55 86, 15 644 58 98, 15 832 11 45
fax: 15 832 11 45, wew. 35
sandomierz@caritas.pl, www.sandomierz.caritas.pl

Fundacja dla Dobra Wspólnego

W ramach **NSZZ „SOLIDARNOŚĆ” Region Świętokrzyski** działa **Fundacja dla Dobra Wspólnego**, której celem jest m.in. promocja zatrudnienia i aktywizacja zawodowa osób pozostających bez pracy i zagrożonych zwolnieniem z pracy.

Do podstawowych zadań Fundacji należy:

- udzielanie pomocy bezrobotnym i poszukującym pracy w uzyskaniu odpowiedniego zatrudnienia oraz pracodawcom w pozyskaniu pracowników o poszukiwanych kwalifikacjach zawodowych;
- pozyskiwanie ofert pracy;
- działalność szkoleniowa i informacyjna.

Fundacja dla Dobra Wspólnego

ul. Planty 16a, 25-502 Kielce,

tel. 41 344 77 03, fax 41 344 16 89

solidarnosc@home.pl, www.solidarnosc.home.pl

Zakład Doskonalenia Zawodowego w Kielcach

Zakład Doskonalenia Zawodowego w Kielcach jest wiodącą instytucją szkoleniową w regionie. Posiada szeroką ofertę edukacyjną, na którą składają się kursy i seminaria oraz szkoły dla młodzieży i dorosłych.

Szkoły ZDZ w Kielcach oferują naukę w zawodach poszukiwanych na lokalnym rynku pracy. Kształcenie w ZDZ w Kielcach umożliwia uzyskanie świadectw, dyplomów, zaświadczeń oraz specjalistycznych uprawnień. Często jest to przepustka nie tylko na krajowy, ale również międzynarodowy rynek pracy. Firma dysponuje siecią 25 terenowych i specjalistycznych placówek szkoleniowych.

W ramach ZDZ funkcjonuje Centrum Doradztwa, Poradnictwa Zawodowego i Pośrednictwa Pracy świadczące bezpłatne usługi z zakresu :

- informacji i poradnictwa zawodowego,
- poradnictwa psychologicznego,
- pośrednictwa pracy.

Zakład Doskonalenia Zawodowego

Centrum Doradztwa, Poradnictwa Zawodowego i Pośrednictwa Pracy

ul. Paderewskiego 55, 25-950 Kielce

tel. 41 366 49 71 w. 230

agencjatrudnienia@zdz.kielce.pl

www.agencjatrudnienia.zdz.kielce.pl

3.5. KORZYSTANIE Z OGŁOSZEŃ O WOLNYCH MIEJSCACH PRACY

Najpopularniejsze i najczęściej wykorzystywane przez poszukujących zatrudnienia są ogłoszenia prasowe i radiowe. Można je śledzić, kupując gazety codzienne o zasięgu ogólnopolskim lub regionalnym, oczywiście najlepiej w dniu, w którym zamieszczane są dodatki dotyczące pracy (np. w poniedziałek w „Gazecie Wyborczej”, w środę w „Rzeczpospolitej”, w piątek w „Pulsie Biznesu”). Bogatym i popularnym źródłem informacji o ofertach pracy z regionu świętokrzyskiego jest Radiowa Giełda Pracy – audycja emitowana na antenie Radia Kielce od poniedziałku do piątku o godzinie 9¹⁰. Ogłoszeń o pracę można oczywiście szukać także w prasie branżowej, co prawda zamieszczane są tam rzadziej, ale celniej trafiają w oczekiwania, dzięki precyzyjnie określone-
mu profilowi grupy docelowej.

Z odpowiadaniem na ogłoszenia publikowane w mediach nie należy zwlekać, ponieważ o zakwalifikowaniu do rekrutacji niejednokrotnie decyduje kolejność zgłoszeń. Niektórzy pracodawcy na bieżąco przeprowadzają rozmowy kwalifikacyjne ze zgłaszającymi się kandydatami. Kiedy znajdą odpowiednią osobę, kończą rekrutację, nawet jeśli ustalony termin jeszcze nie upłynął.

Każdą ofertę należy analizować pod kątem:

- charakteru i warunków proponowanej pracy,
- wymagań stawianych przez pracodawcę,
- informacji nt. firmy, która dała ogłoszenie.

A następnie ocenić, czy:

- praca, której dotyczy oferta odpowiada Ci,
- posiadasz odpowiednie umiejętności i kwalifikacje, żeby ją wykonywać,
- spełniasz główne wymagania zawarte w ofercie.

Czytając i analizując ogłoszenia prasowe powinienes wiedzieć, co oznaczają zawarte w nich sformułowania. I tak:

- pracodawca oczekujący od kandydata dyspozycyjności ma najczęściej na myśli nienormowany czas pracy lub pracę trwającą więcej niż 8 godzin dziennie i częste wyjazdy;
- wymagania dotyczące dobrej prezencji to po prostu oczekiwanie estetycznego wyglądu oraz ubioru adekwatnego do charakteru pracy;
- pracodawca używając w ogłoszeniu sformułowania „znajomość obsługi komputera” zapewne oczekuje, że zatrudniona osoba będzie posiadała podstawowe umiejętności pracy z wykorzystaniem komputera;

- „biegła znajomość języka angielskiego” oznacza najczęściej, że bez naprawdę dobrej znajomości języka nie znajdziesz zatrudnienia w tej firmie;
- „język francuski mile widziany” oznacza, że jego znajomość będzie oczywiście atutem, ale nie jest warunkiem koniecznym;
- warunek komunikatywności oznacza, że jest to praca z ludźmi, polegająca najczęściej na obsłudze klientów i wymagająca umiejętności nawiązywania relacji interpersonalnych i postępowania z ludźmi.

Pamiętaj!

Ogłoszenia w mediach docierają do tysięcy osób, setki z nich na nie odpowiadają, konkurencja jest więc naprawdę duża! Poza tym tylko część pracodawców szukając pracowników zamieszcza oferty pracy w mediach! Biorąc to pod uwagę nie powinieneś ograniczać swojego poszukiwania pracy jedynie do odpowiadania na powszechnie zamieszczane ogłoszenia.

3.6. INTERNET

Internet – jest popularnym i szeroko wykorzystywanym medium, coraz częściej też służy do zamieszczania ofert o wolnych miejscach pracy, ale także okazuje się niezwykle pomocny w całym procesie poszukiwania zatrudnienia. Informacje o ofertach zamieszczają portale ogłoszeniowe, portale niektórych gazet, rozgłośni radiowych, a także sami pracodawcy na swoich stronach www.



CZĘŚĆ III - JAK I GDZIE SKUTECZNIE SZUKAĆ PRACY

Internet jest nie tylko wygodnym, ale też stosunkowo tanim sposobem poszukiwania pracy. Koszt wykorzystania Internetu w przypadku posiadania stałego łącza jest znacząco niższy niż wysłanie pocztą dziesiątek czy setek listów z aplikacjami.

Zaletą Internetu jest duża oszczędność czasu. Na większości portali istnieje możliwość ustawienia bardzo precyzyjnych opcji wyszukiwania oraz zamówienia powiadamiania na własną skrzynkę e-mail o nowej ofercie pasującej do profilu kandydata.

INTERNETOWE SERWISY PRACY I KARIERY

www.pracuj.pl	Portale zawierają oferty pracy, informacje o pracodawcach, artykuły dotyczące metod poszukiwania pracy, procesów rekrutacyjnych czy dokumentów aplikacyjnych. Serwisy umożliwiają przeszukiwanie ofert pracy według regionów i branż, a także zamieszczenie własnego ogłoszenia. Niektóre z nich posiadają zakładki umożliwiające umieszczenie swojego CV w specjalnych bazach, a pracodawcom przeszukiwanie ich według różnych kryteriów wyboru kandydatów.
www.jobpilot.pl	
www.jobs.pl	
www.topjobs.pl	
www.praca.onet.pl	
www.gazetapraca.pl	
www.abcpraca.pl	
www.praca.pl	
www.praca.interia.pl	
www.praca.money.pl	
www.praca-online.pl	
www.praca.wp.pl	
www.praca.gratka.pl	

INSTYTUCJE RYNKU PRACY

www.mpips.gov.pl	Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej.
www.ohp.pl	Ochotnicze Hufce Pracy.
www.ris.praca.gov.pl	Rejestr Instytucji Szkoleniowych.
www.kraz.praca.gov.pl	Krajowy Rejestr Agencji Zatrudnienia.
www.psz.praca.gov.pl	Serwis informacyjny urzędów pracy, zawierający m.in. oferty pracy z powiatowych urzędów pracy z całego kraju.
www.eures.praca.gov.pl www.eures.europa.eu	Europejski system wymiany informacji o wolnych miejscach pracy, baza CV.

UNIA EUROPEJSKA

www.polskawue.gov.pl	Komitet do Spraw Europejskich
www.europa.eu	Portal Unii Europejskiej. Zawiera m.in. regulacje prawne, informacje o instytucjach unijnych.
www.ec.europa.eu/ploteus	Europejska baza danych o możliwościach uczenia się i szkolenia (w języku polskim).
www.buwiwm.edu.pl	Biuro uznawalności wykształcenia i wymiany międzynarodowej (m.in. kwalifikacje zawodowe w UE).
www.funduszestrukturalne.gov.pl	Strona dotycząca problematyki funduszy strukturalnych.
www.funduszeuropejskie.gov.pl	Portal Funduszy Europejskich
www.eurodesk.pl	Informacje na temat możliwości szkolenia w krajach europejskich itp.

DORADZTWO ZAWODOWE

https://doradca.praca.gov.pl	DORADCA 2000 to komputerowy program zawierający informacje nt. możliwości edukacyjnych i szkoleniowych w wybranym zawodzie na terenie kraju oraz prezentujący określone zawody.
www.psz.praca.gov.pl	Klasyfikacja zawodów i specjalności.
www.doradca-zawodowy.pl	Doradztwo zawodowe w sieci.
www.praca.gov.pl/eurodoradztwo/	Narodowe Centrum Zasobów Poradnictwa Zawodowego.
www.sdsiz.pl	Stowarzyszenie Doradców Szkolnych i Zawodowych.

WSPARCIE PSYCHOLOGICZNE

www.ipz.edu.pl	Strona Instytutu Psychologii Zdrowia, m.in. telefoniczne porady specjalistów.
www.leczdepresje.org.pl	Strona Fundacji ITAKA, poświęcona problemowi depresji.
www.ptp.org.pl	Polskie Towarzystwo Psychologiczne.

INFORMACJE DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

www.ipon.pl	Internetowy portal osób niepełnosprawnych.
www.integracja.org	Elektroniczne wydanie dwumiesięcznika dla niepełnosprawnych "Integracja."
www.pfron.org.pl	Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.
www.zpchr.pl	Ogólnopolska Baza Pracodawców Osób Niepełnosprawnych.
www.niepelnosprawni.pl	Portal tematyczny stworzony specjalnie dla osób niepełnosprawnych w celu zwiększenia dostępu do informacji, zawiera oferty pracy dla osób niepełnosprawnych.

ORGANIZACJE POZARZĄDOWE

www.ngo.pl	Na stronach znajdują się informacje nt. działalności organizacji pozarządowych, ich wykazy oraz stosowne akty prawne.
www.pozytek.gov.pl	
www.kielce.caritas.pl	Caritas Diecezji Kieleckiej.
www.zdz.kielce.pl	Zakład Doskonalenia Zawodowego w Kielcach.
www.solidarnosc.org.pl/kielce/	NSZZ „SOLIDARNOŚĆ” Region Świętokrzyski.

3.7. GIEŁDY I TARGI PRACY

Jest to najlepszy sposób, by zdobyć szczegółowe informacje i zorientować się, co aktualnie dzieje się na rynku pracy. Zasada funkcjonowania targów pracy jest taka sama, jak wszelkich innych targów handlowych. Cel jest również podobny - zawarcie jak największej liczby kontraktów satysfakcjonujących obie strony: wystawcę i klienta, czyli pracodawcę i poszukującego pracy.

Targi pracy są organizowane najczęściej przez:

- **urzędy pracy**
- **organizacje pozarządowe (fundacje, stowarzyszenia)**
- **organizacje pracodawców (izby handlowe, forum pracodawców itp.)**
- **szkoły wyższe (np. samorządy studenckie, akademickie biura karier).**

Stanowią one miejsce spotkań pracodawców z osobami poszukującymi zarówno miejsc pracy, jak i chcącymi poznać stawiane wymagania i procedury rekrutacji.

Pracodawcy mają na targach stoiska, na których prezentują swoje firmy. Można dowiedzieć się więc wielu ważnych informacji na temat interesującej nas firmy (np. co produkuje, jakie świadczy usługi, czym handluje, ile osób zatrudnia, w jakich zawodach i specjalnościach poszukuje pracowników obecnie, a kogo za jakiś czas, jakie są plany rozwoju firmy itd.). Często zdarza się, że wystawiające się na targach firmy nie mają potrzeby zatrudnienia nowych pracowników już dziś, ale zgodnie ze swoją strategią personalną tworzą tzw. rezerwę kadrową - szukają osób, które zatrudnią w przyszłości, gdy zajdzie taka potrzeba. Dla pracodawców jest to doskonała okazja do zaprezentowania swoich oczekiwań wobec potencjalnych pracowników, przedstawienia konkretnych ofert pracy i profilu działalności firmy. Wykorzystują oni targi również po to, aby zorientować się, kto szuka pracy - jakie są kwalifikacje tych osób, motywacja, oczekiwania płacowe itp.

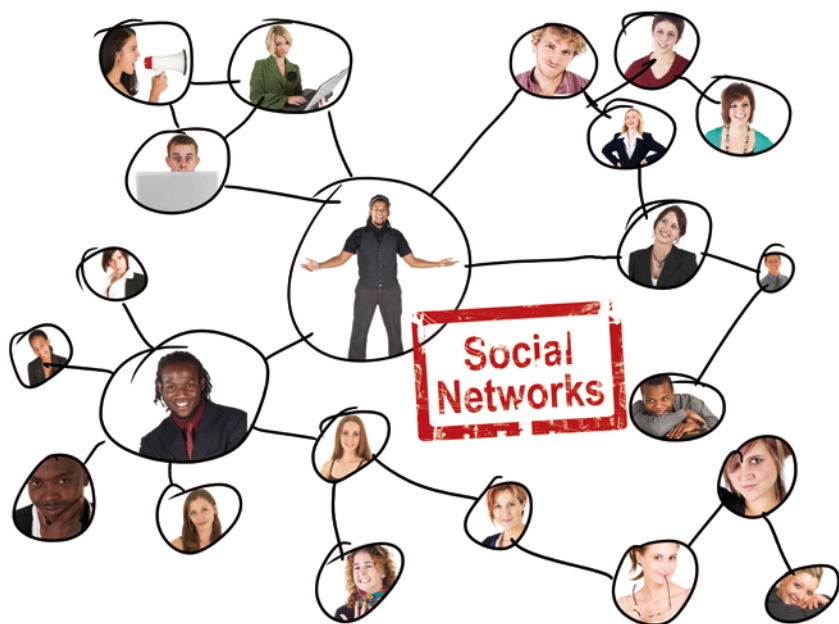
Ważne jest, aby przygotować się odpowiednio do spotkania z pracodawcami na targach. Warto mieć ze sobą CV, aby móc zaprezentować się na miejscu lub zostawić je wybranym firmom. Być może zaowocuje to w przyszłości, gdy firmy te będą poszukiwały pracownika o kwalifikacjach, które posiadamy.

W urzędach pracy można spotkać się z jeszcze inną formą kontaktu pracodawcy z poszukującym pracy - to tzw. giełda pracy. Jest ona organizowana

na zlecenie konkretnego pracodawcy, który poszukuje określonej liczby pracowników do swojej firmy. W urzędzie pracy ma możliwość rozmowy z wieloma wytypowanymi kandydatami i wybrania spośród nich tych, którzy spełniają jego wymagania.

3.8. NOWOCZESNE METODY POSZUKIWANIA ZATRUDNIENIA - NETWORKING

Networking to sposób nawiązywania zawodowych znajomości - tak z potencjalnymi pracodawcami, jak i współpracownikami za pośrednictwem portali tematycznych. Na ich stronach prezentuje się swój profil zawodowy (pozytywne strony). Osoba prowadząca nabór pracowników zainteresowana danym specjalistą może nie tylko zweryfikować jego zawodowe doświadczenia, ale także lepiej go poznać, np. poprzez śledzenie jego uczestnictwa na forum oraz



zwrócenie się o opinię o nim do osób z listy jego znajomych. Networking może pomóc w rozwoju kariery przede wszystkim osobom, które w pracy zawodowej na co dzień wykorzystują Internet. Wtedy kontakt z innymi użytkownikami sieci jest bardziej intensywny i szybszy.

Networking jako sposób zawodowej komunikacji może polegać m.in. na prezentacji zawodowych doświadczeń, uczestnictwie w dyskusjach na forach tematycznych czy odnalezieniu w sieci informacji o kolegach po fachu. Poinformowanie o tym, że szuka się pracy w serwisie odwiedzanym przez kilkadziesiąt tysięcy osób aktywnych zawodowo może być znakomitym sposobem na szybkie poznanie osób szukających pracowników do nowych projektów i specjalistycznych prac. Jednak, jak zawsze w kontakcie z nieznajomymi, należy zachować rozwagę.

Networking będzie się rozwijał, a wpłynie na to rosnące z informatyzowanie społeczeństwa oraz coraz większa liczba platform tego typu - ułatwiających, przyspieszających i systematyzujących nawiązywanie oraz podtrzymywanie zawodowych relacji.

Zapamiętaj!

- **sama informacja - nawet z najlepszego źródła - nie gwarantuje uzyskania zatrudnienia;**
- **metody najczęściej stosowane w poszukiwaniu pracy wcale nie muszą być najskuteczniejsze;**
- **warto wykorzystać wszystkie dostępne sposoby, aby otrzymać interesującą informację o pracy lub/i nawiązać kontakt z pracodawcą.**

ABC POSZUKIWANIA PRACY

AKTYWNOŚĆ	Aby znaleźć pracę należy być aktywnym, wykorzystać wszelkie dostępne możliwości i osoby mogące nam pomóc. Trzeba planować i działać!
BEZPOŚREDNIOŚĆ	Zamiast czekać na pomoc innych, pomoc można sobie samemu - działając. Iść osobiście do znajomych, pracodawcy, urzędu pracy i porozmawiać o tym, że szuka się pracy. Nic nie zastąpi bezpośredniego kontaktu!
CIERPLIWOŚĆ	Czasem – mimo aktywnego i bezpośredniego poszukiwania pracy, może zdarzyć się, że na jej znalezienie trzeba będzie trochę poczekać. Metody, których używa się do poszukiwania pracy na pewno przyniosą pożądane rezultaty, ale potrzeba na to czasu. Musimy się z tym liczyć i uzbroić się w cierpliwość!

3.9. BARIERY W POSZUKIWANIU PRACY

Większość ludzi pytanych o to, co im najbardziej przeszkadza w znalezieniu pracy, wskazuje najpierw na bariery zewnętrzne - czyli niezależne od nich, a po chwili zastanowienia na bariery wewnętrzne - zależne od nich.

Bariery zewnętrzne:

- mała liczba ofert pracy,
- wysokie wymagania pracodawców,
- duża konkurencja na rynku pracy,
- brak dostępnych informacji o firmach,
- brak ciekawych ofert pracy.

Bariery wewnętrzne:

- niedostateczne kwalifikacje,
- mała aktywność własna,
- wiek,
- brak wiedzy gdzie i jak szukać pracy,
- nieśmiałość,
- lęk przed przyszłością (zmianą),
- stres - trema przed rozmową z pracodawcą,
- wstyd przed znajomymi, że nie mamy pracy i strach przed ich negatywną oceną.

W skutecznym znalezieniu pracy przeszkadzają głównie: **lenistwo i wygodnictwo** (czekanie aż inni to za mnie zrobią - pośrednicy, znajomi, rodzina itd). Jeśli poszukujemy pracy 1 godzinę tygodniowo - to znaczy, że nie szukamy jej wcale! Poszukiwanie pracy to **praca** - i to na „pełny etat” (co najmniej kilka godzin dziennie). Skuteczność w poszukiwaniu pracy zależy głównie od samodyscypliny, planowania, aktywności i konsekwencji w działaniu.