****

**INFORMACJE ZAWODOWE O METODACH I SPOSOBACH POSZUKIWANIA PRACY W KRAJU I ZA GRANICĄ, W TYM POPRZEZ SIEĆ EURES**

**PORADNICTWO ZAWODOWE**

**Metody i sposoby poszukiwania pracy w kraju i za granicą, w tym poprzez sieć EURES**

Znalezienie odpowiedniej pracy, zależy w głównej mierze od naszej aktywności
i naszego zaangażowania. Poszukując zatrudnienia należy zaplanować każdy dzień dokładnie, aby osiągnąć postawiony cel. Pierwszym krokiem jaki należy zastosować w poszukiwaniu odpowiedniej pracy jest ustalenie planu działania. To dzięki niemu poruszanie się po rynku pracy będzie skuteczniejsze.

**W trakcie poszukiwania pracy ważne jest ustalenie planu działania:**

* Określ pracę, jaką jesteś zainteresowana(y). Odpowiedz sobie na pytania: co lubisz robić?, w czym jesteś dobry?, jakie wartości cenisz?;
* Zastanów się jaką wiedzę i umiejętności posiadasz;
* Naucz się, jak szukać pracy. Sprawdź, jakie metody i sposoby szukania pracy mogłabyś / mógłbyś wykorzystać;
* Naucz się, jak pisać życiorys zawodowy i list motywacyjny;
* Jeśli jeszcze tego nie potrafisz naucz się podstawowych zasad zachowania podczas rozmowy kwalifikacyjnej;
* Końcowy element poszukiwania pracy to: zastanów się gdzie złożyć swoje CV i jak znajdziesz firmy, które byłyby zainteresowane Tobą jako potencjalnym kandydatem do pracy – pracownikiem.

**Co należy zrobić poszukując pracy:**

* składać swoje dokumenty aplikacyjne wczesnym rankiem, to zrobi dobre wrażenie
i da czas na wypełnianie kwestionariuszy, stawianie się na rozmowy kwalifikacyjne, poddawanie się testom,
* uzyskać informacje dotyczące czasu urzędowania osoby odpowiedzialnej
za rekrutację w danej firmie,
* zapisać sobie wszystkich pracodawców, z którymi kontaktujemy się, notować daty zgłoszenia się do nich, nazwiska osób, z którymi przeprowadzono rozmowy
i wszystkie specjalne uwagi o kontaktach,
* ustalić kolejność spotkań, kontaktów z zakładami pracy w tym samym rejonie, w ten sposób zostanie zaoszczędzony czas i pieniądze,
* zawsze należy być przygotowanym, nosić przy sobie wzory dokumentów aplikacyjnych, długopis, adresy, informacje o stanowiskach pracy,
* korzystać z każdej okazji pozyskania informacji o wolnym etacie, dzwonić od razu - nie czekać do następnego dnia!
* stworzyć własną sieć kontaktów, poinformować znajomych, przyjaciół, rodzinę
o poszukiwaniu zatrudnienia, mogą bardzo pomóc ,
* codziennie należy przeglądać prasę, broszury pozwoli to zaoszczędzić czas podczas poszukiwania pracy

Poszukiwanie pracy powinno odbywać się z wykorzystaniem wielu metod jednocześnie, gdyż w ten sposób zwiększa się prawdopodobieństwo jej znalezienia. Współcześnie
za najskuteczniejsze metody poszukiwania pracy uznaje się:

* wyszukiwanie ogłoszeń w internecie i prasie,
* bezpośredni kontakt z pracodawcą,
* pozyskiwanie informacji od znajomych i rodziny,
* korzystanie z usług urzędów pracy i agencji pośrednictwa pracy.

**Metody i sposoby poszukiwania pracy**

* **wyszukiwanie ogłoszeń w internecie i prasie**

Wyszukiwanie ofert pracy w internecie i prasie jest metodą bardzo wygodną, gdyż można to zazwyczaj robić w czasie dogodnym dla siebie. Informacje o ofertach pracy zamieszczane są na wielu portalach internetowych poświęconych wyłącznie poszukiwaniu pracy. Znajdują się na nich często również wskazówki, jak napisać życiorys czy list motywacyjny, oraz jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej.

Warto też korzystać z portali regionalnych, gdzie zamieszczane są lokalne oferty pracy. Poszukiwanie powinno też obejmować portale branżowe oraz strony internetowe potencjalnych pracodawców, na których często znajduje się zakładka „oferty pracy”. Ogłoszenia z ofertami pracy zamieszczane są też w większości dzienników, w rubryce Praca. Zwykle te same oferty można też znaleźć na podstronach internetowego wydania dzienników.

**Ważne, by szukać informacji o miejscach pracy na sprawdzonych portalach i stronach internetowych, gdyż tam znajdują się wiarygodne ogłoszenia.**

* **bezpośredni kontakt z pracodawcą**

  Jeżeli wiemy, u którego pracodawcy chcielibyśmy pracować, wówczas możemy spróbować umówić się z nim na rozmowę w sprawie pracy. Jeżeli jednak dany pracodawca nie szuka akurat pracowników, możemy zostawić u niego swoją aplikację.

 Poprzez bezpośredni kontakt mamy możliwość rozmawiać bezpośrednio z osobą odpowiedzialną za zatrudnienie i przez to można uzyskać rzetelne informacje dotyczące możliwości pracy. Mamy też szansę na wywarcie dobrego, pozytywnego wrażenia, a tym samym zwiększenia swoich szans na zatrudnienie.

* **pozyskiwanie informacji od znajomych i rodziny (tzw. SIATKA KONTAKTÓW)**

Niektóre osoby za najbardziej skuteczną metodę poszukiwania pracy uważają zdobywanie informacji od przyjaciół i rodziny, gdyż w ten sposób uzyskują najaktualniejsze informacjeo wolnych stanowiskach pracy. Z drugiej strony wielu pracodawców pozyskuje pracowników dzięki rekomendacjom uzyskanym od osób już zatrudnionych. W ten sposób zwiększają oni szansę na zatrudnienie pracowników godnych zaufania.

Jeśli sieć ma być skuteczna, powinna osiągać rozmiary wykraczające poza krąg bliskich znajomych i krewnych. Może obejmować każde miejsce, w którym spotyka się ludzi (biblioteka, poczekalnia, szkoła) oraz już istniejące sieci (osoby należące do organizacji zawodowych, branżowych, lokalni urzędnicy).

Takie podejście do szukania pracy „po znajomościach” umożliwia skuteczne dotarcie

do informacji:

- o ofercie pracy

- o planowanych zmianach w przedsiębiorstwie,

- o strukturze organizacyjnej firmy,

- o warunkach pracy,

- o wymaganych kompetencjach.

* **korzystanie z usług urzędów pracy i agencji pośrednictwa pracy**

Inną metodą poszukiwania pracy jest korzystanie z oferty urzędów pracy i agencji pośrednictwa pracy. W urzędach pracy najszybciej dostępne są informacje o wolnych miejscach pracy, natomiast w agencjach pośredniczących w poszukiwaniu pracy możemy zdobyć informacje o wolnych miejscach pracy w prywatnych przedsiębiorstwach w Polsce i za granicą. Ważnym zadaniem urzędów pracy jest też prowadzenie szkoleń oraz doradzanie osobom bezrobotnym i poszukującym pracy.

Urzędy pracy udzielają pomocy zarówno bezrobotnym, jak i pracodawcom w kwestiach związanych z pośrednictwem oraz informacją zawodową. Jedną z podstawowych usług rynku pracy jest pośrednictwo pracy, świadczone zarówno na rzecz osób bezrobotnych, poszukujących pracy, jak i pracodawców.

Pośrednictwo pracy polega w szczególności na udzielaniu pomocy osobom bezrobotnym
i poszukującym pracy w uzyskaniu odpowiedniego zatrudnienia. Działanie to wykonywane jest poprzez inicjowanie i organizowanie kontaktów tych osób z pracodawcami. Ponadto istotne znaczenie ma również informowanie klientów urzędu pracy
o aktualnej i przewidywanej sytuacji na lokalnym rynku pracy, a także udzielanie kompleksowej informacji o obowiązkach i prawach przysługujących osobom pozostającym w ewidencji urzędu pracy. Poza działaniami skupiającymi się na poszukiwaniu odpowiednich ofert pracy urzędy pracy podejmują także inicjatywy zachęcające pracodawców do zatrudniania takich osób. Instrumentami zachęcającymi jest, np. pomoc finansowa zapewniana pracodawcy w wyposażeniu miejsca pracy osoby niepełnosprawnej. PUP współpracują również z organizacjami pozarządowymi oraz fundacjami działającymi na rzecz zatrudnienia osób, które nie są w pełni sprawne fizycznie.

**Agencjami zatrudnienia** mogą być: firmy, jednostki samorządu terytorialnego, szkoły wyższe, stowarzyszenia, fundacje, organizacje społeczne i zawodowe, których statutowym celem jest świadczenie usług w zakresie:

- pośrednictwa pracy na terenie Rzeczypospolitej Polskiej,

- pośrednictwa do pracy za granicą u pracodawców zagranicznych obywateli polskich,

- doradztwa personalnego,

- poradnictwa zawodowego,

- pracy tymczasowej pod warunkiem uzyskania wpisu do rejestru.

**Agencje pośrednictwa pracy** świadczą usługi w zakresie: pośrednictwa pracy na terenie Rzeczypospolitej Polskiej oraz pośrednictwa do pracy za granicą u pracodawców zagranicznych – udzielają pomocy poszukującym pracy w uzyskaniu odpowiedniego zatrudnienia a pracodawcom w znalezieniu pracowników o odpowiednich kwalifikacjach.

* **zamieszczanie własnych ofert pracy**

Własna oferta to krótka informacja o własnych kwalifikacjach (absolwenci będą pisać raczej o predyspozycjach) i rodzaju poszukiwanej pracy. Możemy w niej zamieścić także inne swoje cechy atrakcyjne w oczach pracodawców, takie jak: wiek, specjalne umiejętności (języki obce, komputer, itp.), dyspozycyjność. Nie zapomnijmy podać, w jaki sposób można się z nami skontaktować.

Własną ofertę zamieszczamy:

- w prasie,

- na ogólnie dostępnych tablicach ogłoszeń,

- rozdajemy znajomym, których prosimy o pomoc w poszukiwaniu pracy,

- wysyłamy do pracodawcy lub zostawiamy w odwiedzanych zakładach pracy.

Oferty zamieszczane w środkach masowego przekazu muszą być krótkie i zwięzłe, oferta zostawiana u pracodawcy powinna być bardziej rozbudowana, prawidłowo zaadresowana i zawierać następujące informacje:

- kto poszukuje pracy,

- jakiej pracy poszukuje,

- jak się z nim kontaktować.

Ogłoszenie (oferta) powinna być:

· ZWIĘZŁA - zbyt obszerna męczy czytającego i może go zniechęcić.

· INTERESUJĄCA- warto użyć nietypowego sformułowania, które odróżni tę ofertę od innych.

· KONKRETNA - kto i jakiej pracy szuka, jak się z nim skontaktować.

* **udział w targach i giełdach pracy**

Zasada funkcjonowania targów pracyjest taka sama jak wszelkich innych targów handlowych. Cel jest również podobny - zawarcie jak największej liczby kontraktów satysfakcjonujących obie strony: wystawcę i klienta. Na targach można poznać firmy prezentujące swoją ofertę – miejsca pracy. Można zdobywać informacje o wymaganiach poszczególnych pracodawców, możliwościach zatrudnienia, można także zorientować się lub ocenić, jakiego rodzaju praca i w jakich firmach najbardziej nas interesuje. Pracodawcy również wykorzystują targi, aby zorientować się, kto szuka pracy, jakie są kwalifikacje tych osób, ich motywacja itp. W czasie rozmów z pracodawcami można przekazać mu swoją ofertę lub CV albo od razu umówić się na rozmowę kwalifikacyjną. Warto się więc dobrze przygotować do targów.

Targi pracy są organizowane przez różne instytucje:

- urzędy pracy (wojewódzkie, miejskie, powiatowe),

- organizacje pozarządowe (stowarzyszenia, fundacje),

- organizacje pracodawców (izby handlowe, izby gospodarcze),

- szkoły wyższe.

**Poszukiwanie pracy za granicą w tym poprzez sieć EURES**

**Sposoby szukania pracy za granicą**

* Najpowszechniejszym sposobem uzyskania informacji o ofertach pracy oraz pomocy w znalezieniu pracy są publiczne służby zatrudnienia.
* W wielu państwach istnieją prywatne agencje zajmujące się szukaniem tymczasowej pracy. Należy wcześniej sprawdzić, czy pobierają one opłaty za swoje usługi
i zapoznać się z rodzajem umów o pracę.
* Istnieją również prywatne agencje rekrutacyjne specjalizujące się w ofertach pracy dla kadry menedżerskiej lub w specjalistycznych sektorach.
* Coraz powszechniejsze staje się spontaniczne składanie podań o pracę bezpośrednio do przedsiębiorstw. Należy przedstawić swoją aplikację w formie listu, opisującego posiadane kwalifikacje, doświadczenie oraz powody szczególnego zainteresowania danym przedsiębiorstwem. Wiele firm posiada również swoje własne strony internetowe poświęcone rekrutacji on-line, gdzie można złożyć aplikację w formie elektronicznej.
* W wielu krajach bardzo ważne jest nawiązywanie kontaktów osobistych: informacje
o ofertach pracy są często przekazywane w sposób nieformalny.
* Przebywanie przez pewien czas w wybranym kraju na praktyce lub stażu zawodowym jest najlepszym sposobem na poznanie kraju i szukanie tam pracy.

**Ofert pracy można szukać przed wyjazdem m.in. w takich miejscach, jak:**

* agencje pośrednictwa pracy za granicą (Krajowy Rejestr Agencji Zatrudnienia – http://stor.praca.gov.pl/portal/#/kraz – agencje pośrednictwa obywateli polskich do pracy za granicą u pracodawców zagranicznych, doradztwa personalnego, poradnictwa zawodowego;
* EURES – serwis z ofertami pracy z wszystkich państw UE – oferty są składane przez zagranicznych pracodawców, którzy chcą zatrudnić obcokrajowców, w serwisie również można umieścić własne CV, (www.eures.praca.gov.pl/);
* serwisy internetowe danych państw;
* międzynarodowe serwisy o pracy, m.in.: https://www.monsterpolska.pl/, www.stepstone.com, www.monster.com, www.manpower.com, www.adecco.com
* agencje pracy (oferują zwykle pracę na umowę) – aby skorzystać z ich usług, należy znać język kraju przynajmniej w stopniu podstawowym, adresy agencji można odnaleźć w książce telefonicznej;
* organizacje wolontariackie – szansa na nawiązanie kontaktów zawodowych, zdobycie doświadczeń, znalezienie pracy: www.wolontariat.org.pl/, www.unv.org, www.pah.org.pl, www.jedenswiat.org.pl, www.vfp.org, www.e-wolontariat.pl/

Program EURES jest siecią współpracy publicznych służb zatrudnienia z organizacjami regionalnymi, krajowymi i międzynarodowymi związanymi ze sprawami zatrudnienia (związki zawodowe, organizacje pracodawców, władze lokalne i regionalne) w krajach Europejskiego Obszaru Gospodarczego obejmującego kraje Unii Europejskiej, Norwegię, Islandię
i Lichtenstein. Współpraca tych instytucji jest koordynowana przez Komisję Europejską.

Cele programu EURES:

* wymiana pomiędzy partnerami sieci EURES wszystkich informacji na temat wolnych miejsc pracy, regionalnych rynków pracy oraz warunków życia i pracy,
* informacja, doradztwo i konsultacje udzielane osobom poszukującym pracy w krajach EOG,
* informacja, doradztwo i konsultacje udzielane pracodawcom poszukującym pracownika z krajów EOG,
* zapewnienie pomocy i doradztwa pracownikom i pracodawcom z terenów przygranicznych,

System EURES zawiera bazy danych ofert pracy w krajach EOG oraz bazy danych
z informacjami na temat warunków życia i pracy w krajach objętych siecią EURES. Zarówno szczegóły dotyczące ofert pracy, jak i informacje dostępne w tych bazach, zawierają takie dziedziny jak: ogólne informacje o emigracji, systemie politycznym, poziomach płac
i wynagrodzeń, kosztach utrzymania, podatkach, szkolnictwie, zasiłkach socjalnych
i praktykach rekrutacyjnych.