# METODY I SPOSOBY POSZUKWIANIA PRACY W KRAJU I ZA GRANICĄ, W TYM POPRZEZ SIEĆ EURES

**Aktywne poszukiwanie pracy**

Sukces, jakim będzie znalezienie satysfakcjonującej pracy, zależy przede wszystkim od aktywności. Im więcej różnych sposobów poszukiwania pracy będzie wykorzystanych, tym większe prawdopodobieństwo jej znalezienia.

Na początku warto ustalić plan działania:

- określić pracę, jaką jesteśmy zainteresowani – co lubię robić?, w czym jestem dobry?, jakie wartości cenie?;
- jaką wiedzę i umiejętności posiadam;
- jak szukać pracy – jakie sposoby szukania pracy można wykorzystać; jak pisać życiorys, list motywacyjny; jak zachować się podczas rozmowy kwalifikacyjnej;
- na koniec – gdzie złożyć CV oraz jak znaleźć firmy, które byłyby zainteresowane mną jako pracownikiem.

**ABC poszukiwania pracy:**

**Aktywność** – bądź aktywny, wykorzystuj wszelkie dostępne możliwości, a przede wszystkim nie czekaj, aż praca sama Cię znajdzie.

**Bezpośredniość** – najefektywniejsze są bezpośrednie kontakty ze znajomymi, pracodawcami czy urzędami pracy.

**Cierpliwość** – nawet po wykonaniu kroku A i B może okazać się, że trzeba będzie poczekać na znalezienie pracy. Miej na uwadze, że to proces długotrwały i konieczne jest wykazanie się cierpliwością.

**Sposoby poszukiwania pracy:**

- **odpowiadanie na ogłoszenia o wolnych stanowiskach pracy zamieszczane w mediach.**

W większości dzienników ogólnokrajowych zamieszczane są ogłoszenia dotyczące wolnych miejsc pracy. Wiele z nich zawiera dokładne informacje na temat wymaganych kwalifikacji zawodowych i umiejętności. Rzecz w tym, że firmy na ogół podają w ogłoszeniach cechy kandydata idealnego. A o takiego na rynku pracy trudno. Zdarza się, że ci, którzy spełniają nawet wszystkie wymienione kryteria, z jakichś powodów, np. cech osobowości, wygórowanych wymagań, czy innej niż firmowa wizji pracy, są odrzucani. Wtedy sięga się po kandydatów, którzy co prawda nie do końca spełniają zapisane w ogłoszeniu oczekiwania, ale rekompensują to innymi, cennymi dla pracodawcy umiejętnościami lub doświadczeniami. Korzystaj również z pism specjalistycznych i branżowych. Możesz znaleźć tam ogłoszenia

tylko z określonego sektora, który Cię interesuje. Niejednokrotnie audycje na temat rynku pracy nadają stacje radiowe i telewizyjne. Emitowane programy dotyczą tematyki związanej z sytuacją na rynku pracy, tzw. ,,zawodów przyszłości", rozwijających się branż i tych sektorów gospodarki, które oferują zatrudnienie. Programy, mają też zachęcać ludzi do działania, wskazywać im drogę do znalezienia pracy, pokazać sposoby, za pomocą których można osiągnąć sukces zawodowy. Zdarza się, że w audycjach prezentowane są niejednokrotnie aktualne ogłoszenia o wolnych stanowiskach pracy.

- **kontakty prywatne**

Jest to jeden z bardziej skutecznych sposobów szukania pracy. Wynika to z faktu, że część pracodawców nie zgłasza wolnych etatów do prasy i urzędów pracy. Uzyskując od znajomych informację o wolnym miejscu pracy możesz dowiedzieć się najwięcej na temat charakteru danej pracy. Znając specyfikę pracy łatwiej przygotujesz się do rozmowy z pracodawcą. Jeśli jest to możliwe nazwisko, a może i osoba znajomego, może stać się hasłem do wprowadzenia do firmy, ułatwiając bezpośredni kontakt z pracodawcą. Ważne jest, abyś dokładnie określił jakiej pracy poszukujesz.

- **składanie aplikacji w firmach i instytucjach: listownie lub osobiście.**

To nie tylko źródło informacji, ale przede wszystkim metoda. Składając dokumenty aplikacyjne w wybranych przez siebie firmach lub instytucjach wyprzedzasz przyszłe oferty pracy. Próbuj dostać się do pracodawców i porozmawiać z nimi. Zostaw swoje dokumenty, przypominaj o sobie telefonicznie. Nie zrażaj się, jeśli nie odpowiadają. To sposób dla wytrwałych i odpornych na różne przeciwności.

- **poszukiwanie pracy za pośrednictwem Internetu.**

Internet staje się obecnie ważnym narzędziem poszukiwania pracy, także miejscem na zatrudnienie (tzw. telepraca). Pracy możemy poszukiwać za pośrednictwem wielu portali internetowych.

- **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.

Własną ofertę możemy ogłosić w lokalnej stacji radiowej. Oferty zamieszczane w środkach masowego przekazu muszą być krótkie i zwięzłe, oferta zostawiana u pracodawcy powinna być bardziej rozbudowana. Oferta powinna być prawidłowo zaadresowana i zawierać następujące informacje:

- kto poszukuje pracy,
- jakiej pracy poszukuje,
- jak się z nim kontaktować.

Pamiętaj aby zachować kopię, bowiem będziesz musiał wiedzieć, co napisałeś, jeśli zostaniesz zaproszony na rozmowę. Poszukując pracy możemy przygotować nawet kilka własnych ofert, w zależności od rodzaju zajęcia, jakie chcemy znaleźć.

- **praktyki, staże, wolontariat.**

Są to istotne metody zdobycia doświadczenia zawodowego i mogą w wielu wypadkach zaowocować znalezieniem pracy. Stwarzają możliwość zaprezentowania się pracodawcy jako wartościowy pracownik.

Poszukując pracy warto również skorzystać z pomocy, jaką oferują różnego typu instytucje i firmy, do których zadań należy pośrednictwo pracy. Podobne funkcje pełnią imprezy polegające na kontakcie pracodawca – pracownik (targi pracy, czy giełdy pracy) oraz kontakty prywatne.

**Agencje pracy tymczasowej** szukają na zlecenie firm pracowników na określony czas. Może to być praca sezonowa, zastępstwo za chorego lub przebywającego na urlopie pracownika. Propozycje mogą dotyczyć pracy fizycznej lub wymagającej określonych kwalifikacji zawodowych np. z zakresu prowadzenia biura lub księgowości. Z ofert takich agencji warto korzystać tylko wtedy, jeśli nie masz innych możliwości pracy. Dzięki pracy czasowej zdobędziesz doświadczenie, a z czasem może ona zamienić się w stałe zatrudnienie.

**Agencje doradztwa personalnego lub agencje pośrednictwa pracy** posiadają oferty, jakich aktualnie poszukują pracodawcy. Na ogół pośredniczą między pracodawcą a pracobiorcą, zamieszczając ogłoszenia i prowadząc wstępną albo kompletną selekcję i rekrutację. Każda agencja posiada komputerowe bazy danych, w których możesz się

zarejestrować. Umieszczenie własnych danych w bazie nie gwarantuje natychmiastowego zatrudnienia, jednak zwiększa prawdopodobieństwo znalezienia pracy. Wysyłając swoją ofertę zrób wstępne rozeznanie, co do zakresu i jakości usług świadczonych przez daną agencję.

**Biura Karier** działające przy wyższych uczelniach służą informacją oraz radą głównie studentom i absolwentom. Pomagają im przejść z etapu nauki do poszukiwania zatrudnienia oraz prawidłowego funkcjonowania na współczesnym rynku pracy. Prowadzą doradztwo zawodowe, dostarczają informacji o rynku pracy, aktywnie poszukują i udostępniają oferty pracy stałej i czasowej oraz praktyk, organizują spotkania z pracodawcami.

**Lokalne organizacje społeczne**: np. kluby, stowarzyszenia, organizacje młodzieżowe;

**Giełdy pracy** organizowane są w sytuacji, gdy istnieje potrzeba spotkania pracodawcy z większą grupą poszukujących pracy, najczęściej w tym samym zawodzie.

**Targi pracy** to spotkania większej ilości pracodawców i osób zainteresowanych podjęciem pracy, trwają 1 – 2 dni, oferują na specjalnych stoiskach zorganizowanych przez pracodawców różne miejsca pracy. Na targach i giełdach pracy zorientujesz się jakiego rodzaju stanowiska firmy oferują, jakie mają wymagania oraz jak przebiega proces rekrutacji.

**Urzędy Pracy** są miejscami, w których można zapoznać się z ofertami z najbliższej okolicy zamieszczanymi przez pośredników lub bezpośrednio przez pracodawców. Przy Wojewódzkich Urzędach Pracy działają ponadto Centra Informacji i Planowania Kariery Zawodowej umożliwiające, obok zapoznania się z aktualnymi ofertami pracy, także skorzystanie z pomocy doradcy zawodowego.

## POSZUKIWANIE PRACY ZA GRANICĄ

Przed rozpoczęciem poszukiwania pracy, należy pamiętać, że znalezienie pracy jest czynnością trudną zarówno w kraju jak i za granicą. Niemniej jednak, niektóre sektory europejskiego rynku pracy mogą oferować duże możliwości: chodzi przede wszystkim o sektor turystyki i usługi (usługi finansowe, doradztwo w zarządzaniu, sektor budownictwa, sektor IT i niektóre działy sektora zdrowia), jak również o pracę sezonową w rolnictwie. Warto również pamiętać, iż możliwości podjęcia pracy różnią się w zależności od regionów Europejskiego Obszaru Gospodarczego oraz że sytuacja zmienia się szybko.

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.

<u>Aby znaleźć pracę przed wyjazdem warto:</u>

- Odwiedzić portal internetowy EURES (www.eures.praca.gov.pl/), gdzie znajdują się oferty pracy, informacje o warunkach pracy i życia oraz o rynku pracy jak również linki

do innych użytecznych informacji. Można tam również udostępnić swoje CV dla potencjalnych pracodawców w całej Europie.

- Skontaktować się w celu uzyskania porady z powiatowym urzędem pracy. Tam można dotrzeć do doradcy EURES, który zapewni bardziej zindywidualizowaną poradę. Doradca może sprawdzić oferty pracy w systemie EURES i skonsultować je z doradcami EURES z kraju, do którego dana osoba zamierza wyjechać.
- Sprawdzić oferty pracy w gazetach „kraju przyjmującego" (główne biblioteki publiczne otrzymują je regularnie) pamiętając o tym, że wiele specjalistycznych gazet ogłasza oferty pracy dotyczące określonych działów zawodowych.
- Skontaktować się z publiczną służbą zatrudnienia kraju przyjmującego, które powinna udzielić porady. Należy pamiętać, iż jako obywatel EOG posiada się te same prawa w innym państwie członkowskim, co jego obywatele. Należy poprosić o kontakt z doradcą EURES, który posiada doświadczenie w udzielaniu pomocy obcokrajowcom.

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,
- 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/

Zasadą we wszystkich państwach członkowskich UE jest, że osoba poszukująca pracy nie płaci za usługi pośrednictwa pracy. Jeśli za pomoc pośrednika trzeba zapłacić, może to wskazywać że pośrednik jest nieuczciwy. Przepisy dotyczące zatrudnienia Polaków ulegają szybkim zmianom, dlatego przed wyjazdem

do konkretnego państwa należy zawsze zweryfikować w polskich placówkach dyplomatycznych podawane przez środki masowego przekazu informacje.

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.

Sposobem na podjęcie legalnej pracy pozostaje także samozatrudnienie (możliwość uprawiania wolnego zawodu, świadczenia usług rzemieślniczych, przemysłowych, handlu w krajach UE).