**Informacja o metodach i sposobach poszukiwania pracy w kraju i za granicą, w tym przez sieć EURES**

Zasady ułatwiającymi znalezienie pracy to tzw. **ABC poszukiwania pracy.** Są to:

**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.

Przed rozpoczęciem szukania pracy należy sporządzić dokumenty aplikacyjne (CV i list motywacyjny), które potem dopasowuje się do konkretnych ofert pracy.

**Wśród najpopularniejszych sposobów i metod poszukiwania pracy można wyróżnić :**

**ZNAJOMI I RODZINA – BUDOWANIE SIATKI KONTAKTÓW**

Najwięcej możliwości daje szukanie pracy poprzez znajomych czy też tworzenie tzw.

**siatki kontaktów**:

**Przyjaciele i znajomi mogą:**

* + wiedzieć o konkretnych miejscach pracy, które są wolne,
  + zgodzić się szukać dla Ciebie pracy,
  + wiedzieć o kimś, kto odchodzi z pracy,
  + wiedzieć o konkretnych firmach lub organizacjach, z którymi warto się skontaktować,
  + wiedzieć o powstających lub rozwijających się firmach w Twojej okolicy.

**2. Osoby pracujące w przedsiębiorstwie, którym Jesteś zainteresowany mogą:**

* + wiedzieć o tworzonych w firmie nowych miejscach pracy,
  + wiedzieć o osobach odchodzących z firmy,
  + zorganizować Ci spotkanie z kompetentną osobą na temat ewentualnych nowych miejsc pracy,
  + powiedzieć o Tobie dyrekcji firmy na wypadek, gdyby planowano zatrudnienie   
    nowych pracowników,
  + zanieść dyrektorowi kopię Twojego życiorysu.

**3. Osoba, która niedawno podjęła pracę może**

wiedzieć o firmie, która potrzebuje pracownika z Twoimi kwalifikacjami.

**4. Bliski znajomy lub krewny może**

spytać swoich znajomych, czy wiedzą o wolnych miejscach pracy.

**5. Osoba pracująca w Twoim zawodzie może**

wziąć kopie Twojego życiorysu i przekazać je osobom, które mogą być zainteresowane.

**6. Osoba szukająca pracy może:**

* wiedzieć o wolnych miejscach pracy, którymi sama nie jest zainteresowana,
* wiedzieć o wolnych miejscach pracy, którymi Ty mógłbyś być zainteresowany.

**OGŁOSZENIA PRASOWE**

Prasa stanowi bardzo popularne źródło poszukiwania pracy. Oferty pracy zamieszczane są przez pracodawców w dziennikach lokalnych, ogólnopolskich oraz w wydawnictwach branżowych i specjalistycznych. Warto więc szukać ofert pracy w specjalnych dodatkach np. "Praca" do Gazety Wyborczej.

**OFERTA WŁASNA**

Innym sposobem szukania zatrudnienia jest zamieszczenie własnego ogłoszenia.

Oferta taka powinna zawierać następujące informacje:

* kto poszukuje pracy,
* jakiej pracy poszukuje,
* jak się z nim skontaktować.

Własną ofertę możemy zamieścić w prasie, na tablicach ogłoszeń, w Internecie itp.

**INTERNET**

Dostęp do Internetu daje możliwość znalezienia ofert pracy lub umieszczenia własnej

oferty na stronach związanych z pracą. Przydatne strony w załączniku pn „Strony internetowe”

**OSOBISTY KONTAKT Z PRACODAWCĄ**

Skuteczną, choć wymagającą odwagi i samodyscypliny metodą poszukiwania pracy jest bezpośredni kontakt z pracodawcą.

Pracodawcy zanim zamieszczą ogłoszenie z ofertą pracy lub zlecą szukanie personelu wyspecjalizowanym w tym agencjom, sprawdzą własną bazę CV.

**URZĘDY PRACY**

Strony internetowe urzędu pracy właściwego dla danego miasta oferują szczegółowy

wgląd w świadczone przez Urząd usługi, w tym w aktualne oferty pracy.

**AGENCJE POŚREDNICTWA PRACY I FIRMY DORADZTWA PERSONALNEGO**

Instytucje te pośredniczą między osobami poszukującymi pracy, a pracodawcami, zamieszczając ogłoszenia oraz prowadząc wstępną lub kompleksową selekcję i rekrutację. Posiadają bazy zarówno osób poszukujących zatrudnienia, jak i firm poszukujących pracowników.

**AGENCJE PRACY TYMCZASOWEJ**

Szukają na zlecenie firm pracowników na czas określony, niekiedy nawet na dzień lub

kilka dni. Pracownik zatrudniany jest przez agencję i oddelegowany do pracy do innej

firmy na określony w umowie czas

**TARGI PRACY**

Efektywne szukanie pracy polega także na uczestnictwie w targach pracy, które dają

możliwość zapoznania się z ofertami firm, które poszukują pracowników.

**GIEŁDY PRACY**

Giełdy pracy organizowane są w sytuacji, gdy istnieje potrzeba spotkania pracodawcy

z większą grupą poszukujących pracy, najczęściej w tym samym zawodzie.

**EURES** jest siecią współpracy publicznych służb zatrudnienia i ich partnerów na

rynku pracy, wspierającą mobilność pracowników na terytorium Europejskiego

Obszaru Gospodarczego (EOG) czyli krajów Unii Europejskiej oraz Norwegii, Islandii,

Liechtensteinie, a także w Szwajcarii. (dodatkowe informacje załącznik pn „Bezpieczne wyjazdy za granicę”)

**ŹRÓDŁO:**

Liwosz Elżbieta, Nowak Małgorzata, Pankiewicz Katarzyna, „Szukam Pracy. Program

szkolenia w klubie pracy”, Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej, Warszawa 2009.

http://www.eures.praca.gov.pl/