Jak szukać pracy?

Departament Rynku Pracy MRPiPS Data publikacji: 28.04.2014 Data modyfikacji: 09.01.2018

Po pierwsze: zaplanuj

Zaplanuj konkretne działania na każdy dzień, określając liczbę ofert pracy, które sprawdzisz, liczbę rozmów telefonicznych i wizyt u pracodawców. Pamiętaj, nawet najlepszy plan realizowania celu nie powiedzie się, jeśli nie będziesz konsekwentny!

Określ jasno cel zawodowy, np: "W ciągu sześciu miesięcy chcę znaleźć pracę w biurze podatkowym", by Twoje poszukiwania skupiły się na pracy odpowiedniej dla Ciebie.

Zastanów się, jaki jesteś, co potrafisz, na czym się znasz?

- ustal zajęcia, jakich możesz się podjąć
- sporządź zestawienie swoich doświadczeń i nabytych umiejętności
- spisz swoje zainteresowania, zanotuj w czym jesteś dobry
- sporządź listę swoich kwalifikacji
- wypisz wszystkie szkoły, kursy, szkolenia, uzyskane tytuły, nagrody i wyróżnienia
- zastanów się, na jakiego rodzaju stanowiskach mógłbyś wykorzystać swoje możliwości/swój potencjał

Po drugie: zbieraj informacje o miejscach pracy

Wykorzystaj sieć kontaktów

Wypisz listę kontaktów. Powiadom rodzinę i wszystkich znajomych o tym, że szukasz pracy (określ jakiej) i staraj się, co jakiś czas z nimi kontaktować. Pytaj o możliwości zatrudnienia w zakładach, w których pracują Twoi znajomi. Pytaj o znane im firmy. Większość pracodawców woli zatrudniać osoby rekomendowane.

- Pytaj znajomych o kontakt i informację.
- Nie proś ich, by załatwili Ci pracę.
- Zostaw po sobie dobre wrażenie.

Kontaktuj się bezpośrednio z pracodawcą

Wykorzystując Internet wyszukaj adresy interesujących Cię firm. Branżowy spis firm znajdziesz pod adresem: www.pkt.pl, www.zumi.pl. Z pracodawcami kontaktuj się osobiście, telefonicznie lub za pomocą poczty elektronicznej. Staraj się poznać stanowiska i nazwiska osób odpowiedzialnych za rekrutację i osobiście składaj aplikacje do firm, nawet jeżeli nie ogłaszały one wolnych miejsc pracy. Pomyśl o praktykach, stażach, pracy na zastępstwo.

Odwiedzaj urzędy pracy

Korzystaj z usług urzędów pracy. Bierz udział w targach pracy i odwiedzaj targi branżowe. Bądź przygotowany do rozmowy, zadbaj o prezencję, posiadaj swoje CV.

Formy wsparcia:

- Pośrednictwo pracy
- Poradnictwo zawodowe
- Świadczenia aktywizacyjne
- Bony: szkoleniowe, stażowe, zatrudnieniowe, na zasiedlenie
- Środki na rozpoczęcie działalności gospodarczej
- Inne instrumenty rynku pracy np. zwrot kosztu egzaminu, udział w programie specjalnym

Skorzystaj z Centralnej Bazy Ofert Pracy (**CBOP**)

Korzystaj z usług agencji zatrudnienia

Wykaz legalnie działających agencji znajduje się w Krajowym Rejestrze Agencji Zatrudnienia: http://stor.praca.gov.pl/portal/#/kraz

Świadczą usługi:

- pośrednictwa pracy w kraju i za granicą,
- pracy tymczasowej,
- doradztwa personalnego,
- poradnictwa zawodowego.

Tworzą swoją bazę danych osób poszukujących pracy.

Osoba poszukująca pracy nie płaci agencji za pomoc w znalezieniu pracy!

Wyszukuj ogłoszenia prasowe i internetowe

Dokładnie analizuj ogłoszenia o pracy publikowane w prasie lokalnej, czasopismach branżowych oraz na stronach internetowych. Wiarygodna firma podaje przynajmniej oczekiwania i adres, na który należy złożyć aplikację. Czytaj artykuły na temat działalności i rozwoju firm, wywiady z kadrą kierowniczą. Wyślij swoją aplikację, nawet gdy nie spełniasz wszystkich wymagań zawartych w ofercie.

Ogłoszenia internetowe

- Centralna Baza Ofert Pracy - **CBOP**;
- Europejski Portal Mobilności Zawodowej - **EURES**;
- Strony internetowe urzędów pracy;
- Centrum Informacyjne Służb Zatrudnienia - **Zielona Linia**;
- Biuletyn Informacji Publicznej **Służby Cywilnej**;
- Biuletyny Informacji Publicznej instytucji publicznych (BIP);
- Strony pracodawców;

- Strony firm rekrutujących: za pośrednictwem strony **Krajowego Rejestru Agencji Zatrudnienia**;
- Portale z ogłoszeniami o pracę;
- Portale społecznościowe;
- Portale dla grup zawodowych, np.: lekarzy, pielęgniarek, opiekunek, inżynierów, nauczycieli;
- Portale dla branż, np. metalowej, morskiej, tworzyw sztucznych.