



ЕВРОПЕЙСКИ СЪЮЗ

ЕВРОПЕЙСКИ ФОНД ЗА РЕГИОНАЛНО РАЗВИТИЕ

ИНВЕСТИРАМЕ ВЪВ ВАШЕТО БЪДЕЩЕ!



БЪЛГАРСКО ПРАВИТЕЛСТВО



Проект „JobEase за жени - Повишаване на потенциала на безработните жени за намиране на работа в трансграничния РО-БГ регион“,  
код 16.4.2.089, eMS ROBG-143

Партньори: Фондация „Идеин Развитие“ и Асоциация за устойчиво развитие Слатина

# JobEase за жени

## По-умели в намирането на работа



Asociația pentru Dezvoltare  
Durabilă Slatina

22.08.2018



Interreg



ЕВРОПЕЙСКИ СЪЮЗ

[www.interregrobg.eu](http://www.interregrobg.eu)



# Модул 1

## СТРАТЕГИИ ЗА ТЪРСЕНЕ НА РАБОТА, РАЗРАБОТВАНЕ НА ЛИЧЕН ПРОФИЛ И ОБОБЩАВАНЕ НА КОМПЕТЕНТНОСТИТЕ

# ПОЗНАВАМ ЛИ СЕБЕ СИ?

# Избор на кариера



# СТЪПКИ КЪМ УСПЕШНАТА КАРИЕРА

- Изследване на самия себе си
- Поставяне на цели
- Изучаване на света на работата
- Изграждане на взаимоотношения
- Поемане на отговорност за бъдещето

## Очертаване на личния профил

Ключът към кариерното развитие е да се определи настоящата ситуация. **Задайте си въпросите:**

- Какви са основните ми качества?
- Какъв опит имам?
- Какви са интересите ми?
- В какво съм най-добър?
- Какви качества виждат другите у мен?

# Как да тълкуваме въпросите?

## Какви са основните ми качества?

Силни и слаби страни, професионални познания

## Какъв опит имам?

Образование, постижения, предишна работа, опит като доброволец, шофьорска книжка, работа с компютър и т.н.

## Какви са интересите ми?

Очертайте областите, от които се интересувате.

## В какво съм най-добър?

*Аз съм добър в ...*

## Какви качества виждат другите у мен?

*Обратна връзка от другите*

# Индивидуална работа

## Да очертаем личния си профил





## Какво означава търсене на работа

- Най-важен е самият търсещ работа
- Търсенето на работа е процес, не събитие
- Отношението на търсеция работа към процеса на търсене оказва влияние върху резултата
- Търсенето на работа е най-важната ви работа!

### Три важни фактора за успешно търсене на работа:

- Разбиране на пазара на труда
- Добро планиране
- Изясняване на целите и уменията

# План за действие

1. *КАКВА ПРОФЕСИЯ - от личния профил*
2. *КЪДЕ - проучване на пазара на труда, канали за информация*
3. *КАК - приемане на стратегия за действие, методи*

**Целите и плана за действие трябва да отговарят на:**

1. *Способностите на човека*



2. *Конкретните реалности на пазара на труда*

**Мотивация =**

*Вземане на решение, поставяне на цели и планиране на дейностите*

# Канали за информация

## Бюра по труда в област РУСЕ

**Работно време 8.30 - 17.00**

<p><b>ДРСЗ Русе</b> Ул. „Кап. л-т Евстати Винаров“ 10, тел. 082/825-684 drszruse@mbox.contact.bg</p>	<p><b>ДБТ Русе</b> Ул. „Кап. л-т Евстати Винаров“ 10, тел. 082/821 426, dbt-ruse@mbox.contact.bg</p>
<p><b>ДБТ Русе, филиал Сливо поле</b> Ул. „Съединение“ 3, тел. 08131/21 10</p>	<p><b>ДБТ Ветово</b> Ул. „Христо Ботев“ 4, тел. 08161/22 93, dbt702@gmail.com</p>
<p><b>ДБТ Бяла</b> Ул. Бунар Хисар 9, тел. 0817/7-46-01, dbt_byala@mbox.contact.bg</p>	<p><b>ДБТ Бяла, филиал Борово</b> Ул. „Климент Охридски“ 1, тел. 08140/27 22, bt701_borovo@abv.bg</p>
<p><b>ДБТ Бяла, филиал Ценово</b> Ул. „Цар Освободител“ 68, тел. 08122/ 20-67, filialcenovo@abv.bg</p>	<p><b>ДБТ Бяла, филиал Две могили</b> Бул. „България“ 69, тел. 08141/ 28 64, dbt_dm@abv.bg</p>

# Канали за информация

## Личните мрежи

Изграждане на мрежи - какво означава това?



- **СЪВЕТ 1** - започнете от тези хора, които познавате най-добре
- **СЪВЕТ 2** - направете списък на хората от своята мрежа
- **СЪВЕТ 3** - напишете кратко писмо на своите познати

*Здравей, Георги,  
отдавна не сме се чували, надявам се, че ти и твоето семейство сте  
добре.*

*Обръщам се към теб с молба. Търся си нова работа и искам да  
продължа да се развивам като ....(учител, фризьор, продавач). В тази  
сфера имам богат опит и смятам, че ще бъде полезна.*

*Знам, че имаш много контакти. Познаваш ли някого, с когото мога  
да говоря за това?*

*В прикачен файл ти изпращам автобиографията си, за да получиш  
повече информация за моя опит.*

*Благодаря ти предварително за отделеното време! Предай  
сърдечните ми поздрави на.....*

*Поздрави,  
Иванка Иванова  
Телефон.....*

# ЛИЧНИТЕ МРЕЖИ



## ПРИЯТЕЛИ И БЛИЗКИ

Роднини Учители Приятел на семейството	Съченици Съседи Познати, продавачи
--	--

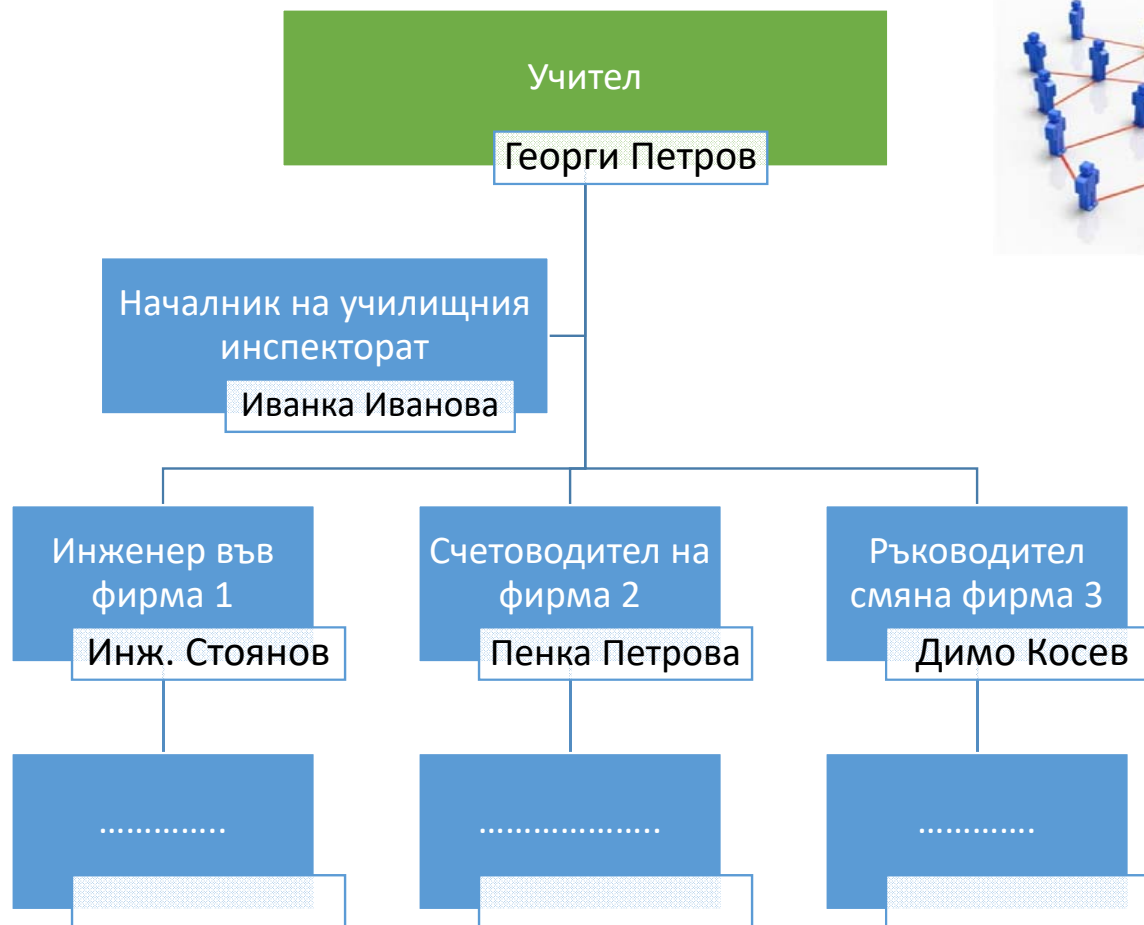
## ОРГАНИЗАЦИИ

Спортни клубове Клубове по интереси Читалище	Политически структури Религиозни организации Нестопански организации
--	--

## ДРУГИ

Лекари, зъболекари Общински съветници Социални работници Съседи	Полицаи Бизнесмени Продавачи в магазини Фризьори
--	---

# ЛИЧНИТЕ МРЕЖИ - как работят те?



## ОБЯВИ ЗА РАБОТА

Полезни съвети как да разберем същността на една обява:

Ако е много хубаво, за да е истина, значи.....?  
**Питайте, питайте, питайте!**



Потърсете информация за фирмата

Вижте срока за кандидатстване и изпреварете другите

Споменават се „допълнителни облаги и ползи“. Какви са те?

Ако обявата изисква лично посещение - идете сутринта



ВКЛЮЧЕТЕ СИ ЧУВСТВОТО ЗА ХУМОР!



Какво пише?	Какво означава?
Стимулиращо възнаграждение, обвързано с постигнатите резултати...	Заплатата е малка, затова не е написана
Конкурентно възнаграждение...	Малко над минималната заплата
Гъвкаво работно време...	Работи се по всяко време от ранна сутрин до късна нощ
Млад и динамичен екип...	Работите за двама и плащат за един
Работа във вече изграден и утвърден екип...	В екипа работи човек на шефа, който вижда и докладва всичко
Умение за работа с клиенти...	Искат да омайват клиентите с измислици
Работата е подходяща за студенти..	Яко бъртене за символични цени
За предимство ще се счита....	Имат си човек с въпросното предимство

## Професионални сдружения и организации



### СЪВЕТ 1

Задължително се включете в професионален кръг

### СЪВЕТ 2

Специализирани обучения, конференции, изложения и професионални срещи

### СЪВЕТ 3

Непрекъснато разширяване на мрежата от контакти и повишаване на квалификацията

## Кариерни центрове, кариерни форуми

### Услуги

- Индивидуален план за кариерно развитие;
- Информация за специализирани кариерни събития като „Дни на кариерата“, срещи с работодатели, семинари, материали;
- Съдействие за успешна професионална реализация;
- Професионално информиране - индивидуално и/или групово, информация за професиите, длъжностите и специалностите;
- Професионално консултиране за подпомагане на избора на нова професия
- Кариерно проучване - провеждане на задълбочена самооценка, идентифициране на интересите, уменията, склонностите, ценностите, мотивациите, личностната позиция.



Кариерен център към  
ДРСЗ-Русе:  
гр. Русе, ул. „Олимпи  
Панов“ 8  
тел. 082820 151  
ел. поща  
[k\\_centar\\_ruse@abv.bg](mailto:k_centar_ruse@abv.bg)

## Социалните мрежи

Facebook



LinkedIn



Twitter



## Интернет търсачки за работа

[jobs.bg](http://jobs.bg) Кариера Курсове

### Какво да очакваме:

- Свободно работно място
- Профил на работодателя
- Други обяви от други работодатели в същия бранш
- Собствено портфолио
- Абонамент за обяви по критерии
- Бизнес новини
- Анализи
- Линкове към корпоративни сайтове
- Събития, обучения



## Корпоративните веб страници

Защо да ги посещавате:

Дори и най-малките фирми имат сайтове

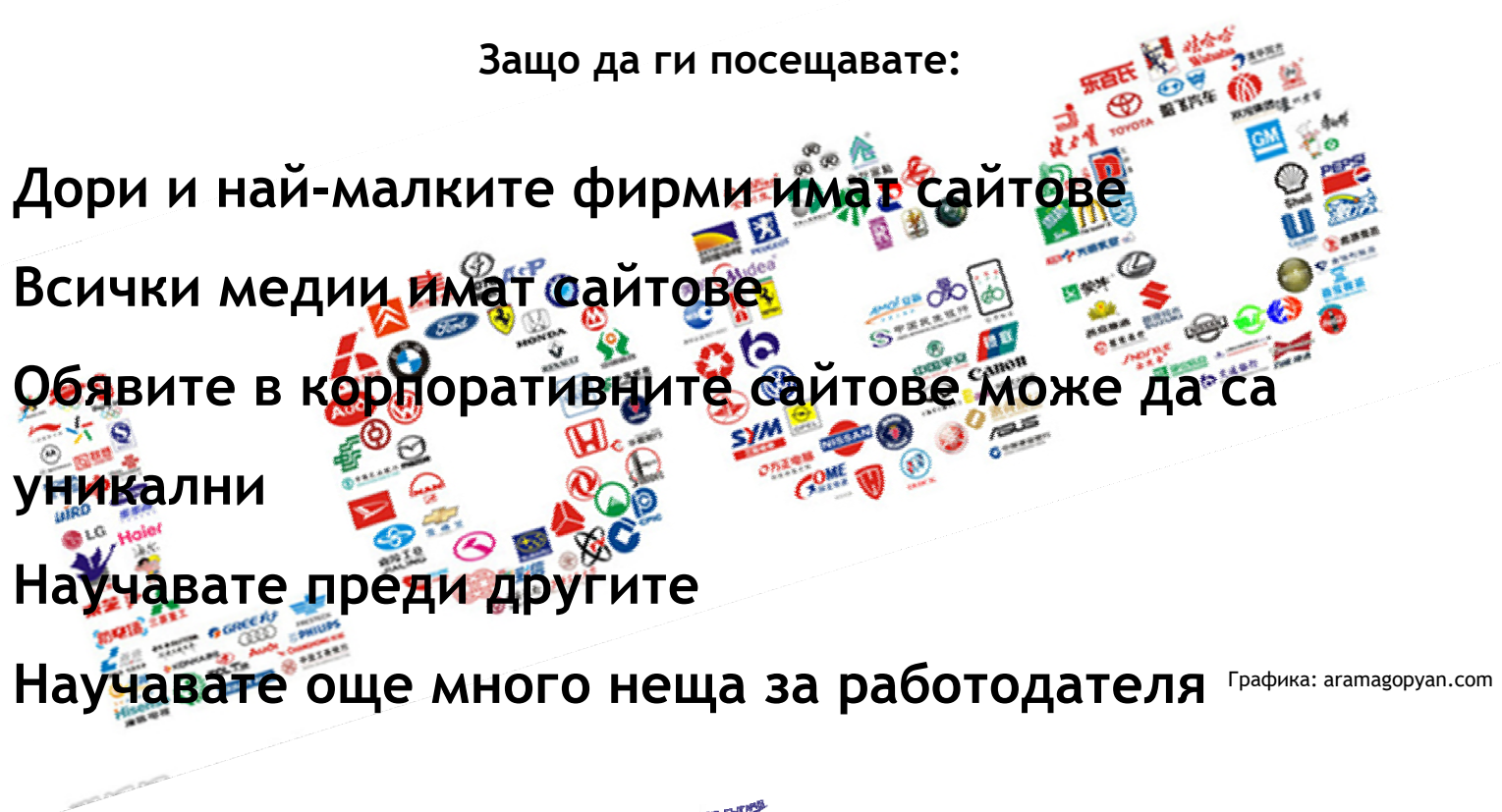
Всички медии имат сайтове

Обявите в корпоративните сайтове може да са  
уникални

Научавате преди другите

Научавате още много неща за работодателя

Графика: aramagopyan.com



## Директен контакт

**НЯКОЛКО НАЧИНА** да си осигурите директен контакт с работодателя:

- Посещение на изложение, форум
- Писмо и обаждане по телефона - за уреждане на среща
- Стани клиент/потребител
- Абонирай се за фирмен бюлетин
- Запиши се в клуб



# ТРУДЪТ В СЪВРЕМЕННИЯ СВЯТ

- ❖ На пазара на труда действат търсенето и предлагането, но по специален начин.
- ❖ Трудът е основно човешко право. Всички имат право на труд без оглед на пол, раса, възраст, вероизповедание.
- ❖ Трудът е свободен. Всеки сам има право да избира работата си.
- ❖ Трудът е доброволен. Всеки сам решава дали да работи или не, трудът по принуда е забранен.
- ❖ Хората са равнопоставени. Всички имат еднакъв достъп до пазара на труда и получават еднакво възнаграждение за една и съща работа.



# Как да се развивам в работата? НЯКОЛКО СЪВЕТА

1. Преценете уменията си
2. Научете правилата
3. Учете
4. Мислете
5. Внимавайте с парите
6. Общувайте
7. Грижете се за здравето си
8. Търсете смисъл

## Учене през целия живот- какво означава?

1. Отлично владееене на български  
език

2. Чужди езици

3. Познания по математика

4. Работа с компютри

## Работа в малки групи РЕШАВАНЕ НА КАЗУСИ

### 1 КАЗУСЪТ НА КИРИЛ:

- автосервиз на 80 км с висока заплата
- или хлебарница наблизо с ниска заплата

### 2 КАЗУСЪТ НА ДИЛЯНА:

- шивашка фирма с конфликти
- или цех на роднини с ниска заплата





**Благодаря за вниманието!**

Лора Саркисян - Експерт обучение и квалификация  
Фондация „Идеин развитие“

*Съдържанието на този материал не представлява  
непременно официалната позиция на Европейския съюз.*



22.08.2018

[www.interregrobg.eu](http://www.interregrobg.eu)

