



Úřad práce ČR



Hledáte novou práci a nevíte, jak se zorientovat v množství nabídek? Chcete najít tu, která Vám nejlépe sedí? Chcete usilovat o práci snů a vyhnout se marným pokusům, při kterých jen ztratíte čas? Úřad práce ČR (dále jen „ÚP ČR“) Vám nabízí pomocnou ruku.

## CO ZVAŽOVAT PŘI HLEDÁNÍ ZAMĚŠTNÁNÍ

- Hledám jakoukoli práci, nebo něco konkrétního?
- Chci pracovat spíše „hlavou“, či „rukama“?
- Toužím po kariéře, nebo po klidném místě?
- Je pro mě prvořadý dobrý plat?
- Chci k zavedené firmě, nebo to pro mě není rozhodující?
- Chci za každou cenu uplatnit své vzdělání?
- Chci práci v blízkosti svého bydliště, nebo mohu i dojíždět?
- Chci pro práci něco obětovat (volný čas, doplnit si vzdělání)?

## JAK HLEDAT ZAMĚŠTNÁNÍ

**Na ÚP ČR.** Seznamy volných pracovních míst jsou k dispozici na nástěnkách jednotlivých kontaktních pracovišť ÚP ČR a také na internetu.

**Prostřednictvím známých.** Oslovte lidi kolem Vás. Tuto možnost nepodceňujte! Bývá zdrojem seriózních pracovních nabídek.

**Prostřednictvím inzerátů.** Volná místa lze hledat v novinách a časopisech. Zaměstnavatelé ale v dnešní době inzerují volná pracovní místa především na internetu. Mnohé firmy i veřejnoprávní instituce mají na svých webových stránkách odkaz „kariéra“ či „nabídka zaměstnání“ apod., kde inzerují aktuální volné pracovní pozice. Možný je i opačný postup, kdy si inzerát podá člověk, který práci hledá. Uvede zpravidla svou kvalifikaci, praxi a druh práce, o kterou má zájem.

**Pomocí personální agentury.** Můžete se informovat nebo přímo zaregistrovat u některé z agentur a využít ji jako další zdroj při hledání nového pracovního místa.

**Vlastní aktivita.** Je možné oslovovat firmy telefonicky, e-mailem nebo osobně a ptát se na možnosti zaměstnání tzv. naslepo.

## KDE ZÍSKAT PŘEDSTAVU O JEDNOTLIVÝCH POVOLÁNÍCH

Pomocníkem ve Vašem rozhodování může být např. Národní soustava povolání ([www.nsp.cz](http://www.nsp.cz)), kde naleznete popis konkrétních pracovních pozic, včetně uvedených nároků na Vaše vzdělání, dovednosti, schopnosti. Můžete se obrátit také na Informační a poradenské středisko na kontaktním pracovišti ÚP ČR (zpravidla je zřízeno v okresním městě). Zdejší specialisté Vám sdělí, o čem konkrétní povolání je a co je třeba pro jeho výkon umět.

## CO POŽADUJÍ ZAMĚŠTNAVATELÉ

Zaměstnavatele především zajímá Vaše chuť pracovat a ochota učit se nové věci. V dalším sledu to pak je stupeň Vašeho vzdělání. U mnohých odborných pozic je nutné mít i požadovaný stupeň vzdělání, případně i odbornost. Dále je důležitá Vaše schopnost vyhovět nárokům pracovní pozice s ohledem na pracovní dobu (směnnost), požadovaný zdravotní stav, očekávání v oblasti obecných kompetencí (digitální gramotnost) a splnění dalších požadavků (bezúhonnost aj.).

Zaměstnavatelé často požadují odborné zaměření (např. ekonomické, elektrotechnické). Málokdy si ale vybírají konkrétní obor (zpravidla jen u řemesel, např. zedník, truhlář apod.).

Vyžadují i jazykové znalosti, řidičský průkaz, různé speciální dovednosti (např. práce s určitým softwarem).

Poptávají obvykle obecné způsobilosti, jako např. kreativita, týmová práce nebo jednání s lidmi, a často také vysoké pracovní nasazení.

## CO MOHU NABÍDNOUT BUDOUCÍMU ZAMĚŠTNAVATELI

Zaměstnavatele zajímá nejen profesní život, ale i další schopnosti a dovednosti. Udělejme si v nich inventuru, čeho se to týká:

- **stupeň dosaženého vzdělání** (např. střední odborné vzdělání s výučním listem, úplné střední odborné vzdělání s vyučením i maturitou, úplné střední všeobecné/odborné vzdělání s maturitou, vyšší odborné vzdělání, vysokoškolské bakalářské/magisterské/doktorské vzdělání apod.)

# HLEDÁM PRÁCI

- **absolvované obory vzdělání** (např. zámečnický, zednický, strojírenství, poštovní provoz, ekonomie, právo, sociologie, farmacie aj.)
- **zkoušky, kurzy, stáže, certifikáty** (např. svářečská zkouška, zdravotní průkaz pracovníka v potravinářství, řídicí průkaz, stáž v zahraničí apod.)
- **odborná praxe** – počet let odpracovaných na pracovní pozici u konkrétního zaměstnavatele
- **účast v projektech, dobrovolnictví**
- **jazykové dovednosti** – úroveň znalosti cizího jazyka (porozumění textům, mluvenému projevu, běžná společenská komunikace, plynulá konverzace, vedení úřední korespondence aj.), a to včetně získaných certifikátů
- **obecné způsobilosti** (kompetence) - např. řízení lidí, týmová práce, schopnost motivovat, schopnost jednat s lidmi, proklientský přístup, prodejní dovednosti, prezentační dovednosti, práce s informacemi, ovládnutí informačních technologií, analytické schopnosti, kreativita (tvůrčí schopnosti), technické dovednosti, ekonomické dovednosti, právní dovednosti, ekologické myšlení
- **odborné dovednosti**, které sice přímo nevyplývají z absolvovaného vzdělání a praxe, ale jsou využitelné v konkrétní profesi (např. úroveň práce na počítači)
- **schopnost a ochota pracovat v zátěžových situacích**, mimo běžnou pracovní dobu, jezdit na delší služební cesty, částečně podřídit soukromý život práci apod.

## CO JE TŘEBA SI PŘIPRAVIT

Ucházíte-li se o zaměstnání, prodáváte svou kvalifikaci, své dovednosti a schopnosti. Chce-li někdo něco prodat, musí obvykle investovat do reklamy a zaujmout. Vaší reklamou je tzv. osobní portfolio, které o sobě zpracujete a předáte zaměstnavateli. Hlavní součástí této dokumentace je strukturovaný životopis, který přehledně shrnuje údaje o Vaší kvalifikaci, profesních kvalitách a dosavadní profesní kariéře.

Dále sem patří kopie Vašich vysvědčení, osvědčení, certifikátů, přiložit můžete i svou fotografii. K tomu všemu patří průvodní nebo motivační dopis. Jestliže jste s potenciálním zaměstnavatelem již jednali, pošlete mu dokumenty, které po Vás vyžaduje. Jestliže jste s ním dosud

nejednali, bude průvodní dopis současně Vaší žádostí o zařazení do výběrového řízení, přijetí do zaměstnání.

Pokud zaměstnavatele zaujmete a pozve Vás k osobnímu pohovoru či k výběrovému řízení, nastane druhé kolo Vaší prezentace. Zde již nebudete mít čas rozmýšlet si odpovědi jako při psaní životopisu nebo žádosti o přijetí. Pracovní pohovory nemusí nutně probíhat tváří v tvář. Obzvlášť pokud si hledáte uplatnění v zahraničí. Mezi nejpobulárnější způsoby komunikace na dálku patří video chat. Proto je důležité se na pohovor důkladně připravit, abyste nebyli zaskočení. ÚP ČR nabízí služby odborných poradců, kteří Vám mohou pomoci s nezbytnými kroky spojenými s hledáním zaměstnání (sepsání životopisu, průvodního/motivačního dopisu, přípravou na pracovní pohovor apod.). Veškeré služby poskytuje ÚP ČR všem občanům zdarma.

## CO MOHU UDĚLAT PRO ZVÝŠENÍ SVÉ ŠANCE NA TRHU PRÁCE

Některé Vaše znalosti, dovednosti a schopnosti využívané v jednom povolání mohou být využitelné i v jiných povoláních, často i dost odlišných od toho původního. Můžete využít i znalosti a dovednosti, které jste získali během studia, předchozího zaměstnání nebo při volnočasových aktivitách (např. dobrovolnictví, vedení tábora aj.).

Pokud jste ovšem opustili oblast své původní kvalifikace, pravděpodobně Vám, i navzdory Vaším znalostem, dovednostem a schopnostem, bude ke splnění kvalifikačních požadavků ještě něco chybět. V tom případě máte možnost rozšířit svou kvalifikaci dalším studiem nebo absolvováním vhodného vzdělávacího kurzu či prostřednictvím rekvalifikace. I v tomto ohledu Vám může ÚP ČR pomoci.

## JAK SI VYBRAT VHODNÝ KURZ

Při výběru vhodného kurzu prostřednictvím rekvalifikace můžete použít největší českou databázi kurzů na adrese [www.eu-dat.cz](http://www.eu-dat.cz), [www.narodnikvalifikace.cz](http://www.narodnikvalifikace.cz) nebo se můžete poradit s odborným poradcem na ÚP ČR.

Při výběru kurzu je potřeba uvažovat o jeho účelnosti a vhodnosti vzhledem k budoucímu uplatnění na trhu práce a brát v úvahu své schopnosti i časové možnosti nebo zdravotní omezení.

Na rekvalifikaci nevzniká automaticky nárok. Vždy je nutné posoudit její přínos pro Vaše uplatnění na pracovním trhu.

K dalšímu vzdělávání můžete čerpat inspiraci také zde: [www.infoabsolvent.cz](http://www.infoabsolvent.cz), [www.atlaskolstvi.cz](http://www.atlaskolstvi.cz) a [www.vysokeskoly.cz](http://www.vysokeskoly.cz).

## ZAČÍT PODNIKAT

Jedním ze způsobů, jak získat zaměstnání, je vytvořit si ho sám. Soukromé podnikání může být řešením Vaší situace, pokud máte podnikatelský záměr/plán, dostatek informací a odvahy. Orientaci Vám mohou usnadnit tyto webové stránky:

- [www.jakpodnikat.cz](http://www.jakpodnikat.cz)
- [www.podnikanivkostce.cz](http://www.podnikanivkostce.cz)

S rozjezdem podnikání Vám opět může pomoci ÚP ČR – [www.uradprace.cz](http://www.uradprace.cz).

Další informace, včetně aktualizovaných nabídek volných pracovních míst jsou k dispozici na:

- [www.uradprace.cz/web/cz/volna-mista-v-cr](http://www.uradprace.cz/web/cz/volna-mista-v-cr)
- [www.uradprace.cz/web/cz/uzitecne-odkazy](http://www.uradprace.cz/web/cz/uzitecne-odkazy)

Na internetu lze najít řadu dalších webových stránek s nabídkou zaměstnání. Pracovní příležitosti můžete hledat i v rámci celé Evropské unie. Informace o pracovních a životních podmínkách včetně aktuální pracovní nabídky v Evropské unii najdete na: [www.eures.cz](http://www.eures.cz); [www.eures.europa.eu](http://www.eures.europa.eu).

### Podrobnější informace k dané problematice lze získat:

Call Centrum ÚP ČR: 800 779 900 (bezplatná linka)

E-mail: [callcentrum@uradprace.cz](mailto:callcentrum@uradprace.cz)

Webové stránky ÚP ČR: [www.uradprace.cz](http://www.uradprace.cz)



Efektivní služby zaměstnanosti reg. č. projektu:  
CZ.03.1.54/0.0/0.0/15\_011/0000056

Projekt je financován z prostředků ESF prostřednictvím Operačního programu Zaměstnanost a státního rozpočtu ČR.



EVROPSKÁ UNIE  
Evropský sociální fond  
Operační program Zaměstnanost



Úřad práce ČR