



ZABORSKIE
TOWARZYSTWO
NAUKOWE

BEZROBOCIE

Bezrobotny, a poszukujący pracy ?

Często zastanawiamy się, czy osoba bezrobotna, oznacza to samo, co osoba poszukująca pracy? Niby tak, jednak istnieją pomiędzy tymi pojęciami różnice.

Jeśli jesteś osobą bezrobotną, nigdzie nie zatrudnioną, nie uczysz się w szkole w systemie dziennym, nie wykonujesz innej pracy zarobkowej, masz ukończone 18 lat i nie osiągnąłeś wieku emerytalnego, otrzymasz status osoby bezrobotnej. Jako osoba bezrobotna, musisz być gotowa/y do podjęcia pracy, w pełnym wymiarze czasu pracy, a osoby niepełnosprawne, nie posiadające uprawnień do renty, co najmniej w połowie tego wymiaru czasu pracy. Nie ma jednak przeszkód w uzyskaniu statusu bezrobotnego, praca wolontaryjna, czy też praktyki absolwenckie.

Jako osobie bezrobotnej przysługuje Ci zasiłek. Rejestracja odbywa się w:

- Powiatowym Urzędzie Pracy, w miejscu stałego lub czasowego zameldowania.
- Przy braku zameldowania, rejestracji dokonujesz w Urzędzie Pracy, na którego obszarze działania przebywasz.
- Rejestracji możesz również dokonać za pośrednictwem systemu elektronicznego - wypełniasz formularz dołączasz stosowne dokumenty. Rejestracji dokonujesz na stronie :(<https://www.praca.gov.pl/index.eup#/panelogolny>). Musisz posiadać Profil Zaufany lub kwalifikowany podpis elektroniczny. Jeśli z jakichś powodów nie możesz przedłużyć dokumentów, zgodnie z Rozporządzeniem z dnia 14 kwietnia 2020 r, w sprawie rejestracji bezrobotnych i poszukujących pracy paragraf 8 ust. 5 "W szczególnie uzasadnionych przypadkach starosta, mając na uwadze obiektywne okoliczności lub przeszkody uniemożliwiające przedłożenie kompletu dokumentów oraz przekazanie wymaganych danych, może wyrazić zgodę na rejestrację jako bezrobotnego albo poszukującego pracy osoby nieposiadającej kompletu dokumentów lub nie przekazała wymaganych danych".

Oprócz zasiłku dla bezrobotnych masz prawo do :

- korzystania nieodpłatnie z usług rynku pracy, Urząd Pracy może skierować Cię do pracodawców albo agencji zatrudniających w ramach prac interwencyjnych robót publicznych, będziesz objęta/y ubezpieczeniem zdrowotnym i w razie potrzeby możesz korzystać ze świadczeń opieki zdrowotnej,
- możesz ubiegać się o środki finansowe, np. zwrot kosztów przejazdu i zakwaterowanie, w ramach środków na podjęcie działalności gospodarczej, dodatku akwizycyjnego, refundacji kosztów opieki nad każdym dzieckiem do lat 7, jeśli jesteś osobą bezrobotną i samotnie wychowujesz co najmniej jedno dziecko,
- możesz również skorzystać z sfinansowania kosztów egzaminów i licencji.

Wszystkie informacje na temat tego, kto może uzyskać status osoby bezrobotnej, określa Ustawa o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy (art. 2 ust. 1 pkt. 2)

Jeżeli jesteś osobą poszukującą pracy, nie masz prawa do statusu bezrobotnego, bo np. jesteś zatrudniona/y, lub pobierasz rentę w wysokości połowy minimalnego wynagrodzenia, posiadasz przychody z tytułu najmu, jesteś właścicielem gospodarstwa rolnego powyżej 2 ha (przeliczeniowych), jesteś emerytem, jesteś cudzoziemcem wykonującym pracę na terenie Polski, albo gdy zamierzasz podjąć zatrudnienie (cudzoziemcy z UE oraz cudzoziemcy z Europejskiego Obszaru Gospodarczego), nie będziesz zgłoszona/y do ubezpieczenia zdrowotnego i nie będą opłacane za Ciebie składki zdrowotne. Jeśli zarejestrujesz się w Urzędzie Pracy, jako poszukujący pracy, to twoim obowiązkiem będzie: zgłaszanie się w Urzędzie Pracy co najmniej raz na 90 dni w celu potwierdzenia zainteresowania pomocą określoną w ustawie, zawiadomienie Urzędu Pracy w terminie 7 dni o wszelkich zmianach zawartych w karcie rejestracyjnej i oświadczeniach, stawianie się w wyznaczonym czasie, podejmowanie indywidualnego planu działania przewidzianego dla poszukujących pracy lub szkoleń, jeżeli zostaną Ci zaproponowane.

Jako osoba poszukująca pracy masz możliwość korzystania z usług rynku pracy w zakresie:

- pośrednictwa pracy i poradnictwa zawodowego.
- Możesz ubiegać się o sfinansowanie kosztów egzaminów umożliwiających uzyskanie świadectw, dyplomów, zaświadczeń (ustawa z dnia 20 kwietnia 2004 r o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy - art. 33 ust. 4a-4b oraz art. 43).
- Masz możliwość ubiegania się o pożyczkę sfinansowania kosztów szkolenia w celu podjęcia zatrudnienia lub innej pracy zarobkowej, sfinansowania z Funduszu Pracy koszty studiów podyplomowych, zwrot kosztów przejazdu na badania lekarskie lub psychologiczne i powrotu do miejsca zamieszkania, jeżeli na badania skierował Cię Urząd Pracy.

Rejestracji możesz dokonać osobiście w Powiatowym Urzędzie Pracy lub za pośrednictwem strony internetowej Urzędu. Jeśli rejestracji dokonujesz za pośrednictwem strony internetowej, jako osoba poszukująca pracy, czy jako osoba bezrobotna, konieczne jest posiadanie Profilu Zaufanego lub kwalifikowanego podpisu elektronicznego.

Pamiętaj !!! W każdym Powiatowym Urzędzie Pracy otrzymasz niezbędne informacje , które będą Cię interesować.

Inne pojęcia związane z bezrobociem

- **stopa bezrobocia**- procent siły roboczej, który stanowią osoby bezrobotne
- **siła robocza**- liczba ludzi danej populacji, którzy pracują albo są bezrobotni
- **ludność w wieku produkcyjnym** -jest to grupa ludzi, która ma szansę stać się siłą roboczą. Na przykład w Stanach Zjednoczonych do populacji kwalifikującej się do pracy zaliczana jest każda osoba powyżej 16 roku życia, która nie jest zinstytucjonalizowana (np. nie jest w więzieniu) ani nie służy w wojsku.
- **współczynnik aktywności zawodowej** - procent populacji kwalifikującej się do pracy, który stanowi siłę roboczą.
- **nisko zatrudnieni** - osoby, które pracują na pół etatu i chcą pracować na pełny etat, ale nie mogą znaleźć takiej pracy. Na przykład John chce pracować na pełen etat jako inżynier, ale udało mu się znaleźć tylko pracę na pół etatu.
- **produkcja przy pełnym zatrudnieniu** - wielkość produkcji wytwarzanej w gospodarce, kiedy wszystkie zasoby są w pełni efektywnie wykorzystywane. Produkcja przy pełnym zatrudnieniu to kombinacja produkcji przedstawiona na krzywej możliwości produkcyjnych państwa.

Rynek Pracy

Rodzaj rynku, na którym przedmiotem wymiany pomiędzy kupującym a sprzedającym jest praca. W przypadku rynku pracy kupującym jest oferujący zatrudnienie pracodawca, a sprzedającym – pracownik otrzymujący za swoją pracę określone wynagrodzenie. Rynek pracy kształtowany jest poprzez podaż pracy oraz popyt na pracę.

Rynek pracy kształtowany jest poprzez podaż pracy oraz popyt na pracę. Podaż pracy to zasób siły roboczej – ogół osób już pracujących bądź poszukujących zatrudnienia za określoną płacę. Popyt na pracę to zgłaszane przez pracodawców zapotrzebowanie na pracę, czyli liczba osób, którą pracodawcy gotowi są zatrudnić oferując określone wynagrodzenie. Najważniejszymi czynnikami wpływającymi na popyt na pracę są koszty i wydajność pracy oraz zapotrzebowanie na dobra i usługi. Popyt na pracę jest więc popytem pochodnym – wynikającym z popytu na produkty lub usługi, do wytworzenia których potrzebna jest praca.

Rodzaje bezrobocia

- bezrobocie strukturalne, wynika z nieaktywności struktury podaży siły roboczej i popytu na nią na rynku pracy. Wynikać może również z szybkich zmian strukturalnych zachodzących w gospodarce, za którymi nie nadąża szkolnictwo zawodowe i ogólne. Bezrobocie strukturalne występuje także, gdy zasoby kapitałowe są niewystarczalne dla zatrudnienia zasobów pracy
- bezrobocie technologiczne wynika z postępu technicznego, automatyzacji i mechanizacji procesów wytwórczych, które mają charakter praco-oszczędny. Pojawia się, gdy tempo wzrostu gospodarczego jest niskie, a inwestycje mają charakter modernizacyjny, prowadząc do wzrostu i unowocześnienia produkcji przy spadku zatrudnienia,
- bezrobocie koniunkturalne wywoływane jest spadkiem popytu konsumpcyjnego i inwestycyjnego, który powoduje zbyt małe wykorzystanie zdolności produkcyjnych przedsiębiorstw. Poziom popytu jest poddany stałym wahaniom cyklu koniunkturalnego, jakim podlega gospodarka. W fazach wysokiej koniunktury popyt rozszerza się i bezrobocie spada nawet do poziomu bezrobocia naturalnego
- bezrobocie frykcyjne jest rezultatem ruchu zatrudnionych na rynku pracy; dotyczy ludzi zmieniających zawód, pracę, przenoszących się do innej miejscowości;
- bezrobocie sezonowe jest efektem wahań aktywności gospodarczej w różnych porach roku, spowodowanych zmianą warunków klimatycznych

W zależności od formy występowania można wyróżnić:

- bezrobocie krótkookresowe - do 3 miesięcy bez zatrudnienia.
- bezrobocie średniookresowe - od 3 do 12 miesięcy bez zatrudnienia.
- bezrobocie długookresowe - dotyczy osób pozostających bez pracy od 6 do 12 miesięcy. Może przekształcić się w bezrobocie długotrwałe, ponieważ dłuższe pozostawanie bez pracy powoduje zmniejszenie szans na ponowne zatrudnienie.
- bezrobocie ukryte to pewna - nieokreślona - liczba osób, które w myśl ustawy nie mogą zarejestrować się jako bezrobotne, albo wykonywana przez nich praca nie jest niezbędna z punktu widzenia zatrudniającego. Występuje głównie na wsi (nadmiar rąk do pracy, dawniej - przerost administracji).
- bezrobocie rejestrowane to liczba osób bezrobotnych, czyli posiadających określone w ustawie cechy i zarejestrowanych w urzędach pracy.

Fazy bezrobocia w ujęciu psychologii:

- Faza 1: obawa utraty pracy – pobudzenie, zmiany nastroju, labilność emocjonalna
- Faza 2: szok po utracie pracy – poczucie klęski, krzywdy, upokorzenie, lęk przed przyszłością, przygnębienie
- Faza 3: wchodzenie w sytuację bezrobocia i optymizm – efekt urlopu, traktowanie sytuacji jako przejściowej, aktywność, wiara w sukces
- Faza 4: pesymizm i rezygnacja – negatywne reakcje emocjonalne, problemy zdrowotne i finansowe
- Faza 5: fatalizm i apatia, dopasowanie do sytuacji – poczucie beznadziejności, dążenie do izolacji społecznej, redukcja oczekiwań życiowych i zainteresowań

Przyczyny bezrobocia

- zmniejszenie popytu na konkretne dobra czy usługi
- ograniczanie produkcji
- brak informacji o miejscach pracy
- brak mobilności
- przeniesienie zakładu do innego rejonu
- niedostosowane do potrzeb rynku wykształcenia pracowników
- zmiany w technologii
- wysokie obciążenia fiskalne

Skutki bezrobocia

- niewykorzystany, nieproduktywny potencjał ludzki
- znaczne koszty materialne związane z utrzymaniem bezrobotnych oraz służb zajmujących się ich problemami i obsługą
- spadek dochodów rodzin, rozszerzenie się społecznych kręgów ubóstwa
- degradacja psychiczna i moralna osób pozostających bez pracy (poczucie beznadziejności, pesymizm, uczucie społecznej bezużyteczności)
- zjawiska patologii społecznej - alkoholizm, narkomania, przestępczość itd.
- utrata kwalifikacji.

Czynniki wpływające na zjawisko bezrobocia

Na rozmiar zjawiska bezrobocia wpływ mają czynniki społeczne, ponieważ jest to zjawisko powstałe w społeczeństwie. Rozmiar bezrobocia zależy od systemu gospodarczego i aktualnie prowadzonej polityki krajowego rynku pracy. Związane jest zwykle z poziomem nowych inwestycji i trwałym zatrudnianiem pracowników w nowo powstałych i nowoczesnych zakładach pracy sektora publicznego lub prywatnego.

Chociaż mogłoby się wydawać, że bezrobocie posiada jedynie negatywne skutki, w rzeczywistości jest jednak inaczej, ponieważ mimo posiadania wielu negatywnych skutków bezrobocie posiada także kilka skutków korzystnie wpływających na aspekty ekonomiczne

Pozytywne skutki bezrobocia

- korzystny wpływ na konkurencyjność na rynku pracy, stymulacja wzrostu poziomu wykształcenia i kwalifikacji zawodowych wśród osób poszukujących pracy
- wzrost motywacji do kształcenia, do zwiększania nakładów na inwestycje w kapitał ludzki, co prowadzi do przyspieszenia procesów długofalowego wzrostu gospodarczego kraju
- możliwość realokacji zasobów ludzkich przy głębokich przemianach strukturalnych gospodarki z zawodów nieopłacalnych i nieefektywnych do zawodów nowoczesnych i efektywnych
- walka z inflacją, wyższy poziom bezrobocia oznacza bowiem osłabienie pozycji pracowników i związków zawodowych w przetargach płacowych z pracodawcami, co z kolei prowadzi do zmniejszenia presji na wzrost płac. Wzrost bezrobocia osłabia także dynamikę popytu na towary, która odgrywa rolę w kształtowaniu inflacji
- wzrost motywacji pracowników do bardziej efektywnej i solidnej pracy oraz ograniczenie nadmiernej fluktuacji kadr, przez co dochodzi do racjonalizacji zatrudnienia i poprawy efektywności gospodarowania
- zainteresowanie elastycznymi formami pracy, w tym wolontariatem jako elementem Indywidualnego Planu Działania osoby bezrobotnej zawieranego z doradcą zawodowym
- poznawanie innych kultur poprzez krótkotrwałą migrację zarobkową

Negatywne skutki bezrobocia

Niektórzy terażniejsi psychologowie uważają, że bezrobocie jest tak samo destrukcyjne co terroryzm, nacjonalizm, szowinizm, czy narkomania.

Negatywne skutki bezrobocia to:

- trudności materialne
- utrata statusu społecznego oraz kwalifikacji zawodowych
- obniżenie samooceny i wiary we własne siły
- problemy rodzinne
- problemy natury psychicznej
- w niektórych przypadkach bezdomność, a także alkoholizm, czy narkomania
- niewykorzystany potencjał ludzki
- możliwe zwiększenie przestępczości
- poszerzanie się ubóstwa

Działania podejmowane przez Państwo w celu zniwelowania bezrobocia

- dofinansowanie programów aktywizacyjnych (prace interwencyjne, aktywizacja absolwentów, staże z urzędu pracy),
- finansowanie szkoleń dla osób bezrobotnych i poszukujących pracy,
- wspieranie przemysłu (liberalizacja przepisów, tworzenie specjalnych stref ekonomicznych),
- dotowanie firm tworzących nowe miejsca pracy,
- tworzenie warunków dla inwestorów zagranicznych (ulgi podatkowe),
- przyznawanie zasiłków,
- pozyskiwanie unijnych dotacji,
- obniżenie wieku emerytalnego.

Samodzielne przeciwdziałanie bezrobociu

Czy można samodzielnie przeciwdziałać bezrobociu?

W walce z bezrobociem istotna jest także aktywna postawa pracowników. Aby poprawić swoją sytuację na rynku pracy, warto zdobywać dodatkowe kwalifikacje zawodowe i stale monitorować oferty pod kątem nowych możliwości lub zmieniających się wymagań w danej branży. Ważna jest nie tylko nauka języków obcych, lecz także rozwijanie kompetencji miękkich. W trudnych czasach warto też rozważyć oferty pracy spoza naszej wymarzonej branży czy na innych niż dotychczas stanowiskach. Im szybciej wrócimy na rynek – nawet jeśli nie będzie to praca marzeń – tym lepiej nie tylko dla naszego portfela, ale i dla rozwoju kariery.

Warto postawić na aktywne poszukiwanie pracy i stałe budowanie swojego wizerunku jako eksperta w danej dziedzinie. Wygrać z bezrobociem pomaga też sieć kontaktów zawodowych – dzięki niej w razie nagłej utraty pracy będziemy mieli do kogo się zwrócić z prośbą o polecenie naszej kandydatury.

Jak napisać dobre CV?

W celu pozyskania pracy powinno się napisać CV. Dobre CV powinno składać się z takich sekcji, jak:

1. Dane osobowe i kontaktowe — umieszczone w nagłówku: imię i nazwisko, numer telefonu, adres e-mail, a także nazwa stanowiska.
2. Podsumowanie zawodowe — czyli krótki opis sylwetki kandydata. Powinien znaleźć się na górze CV.
3. Doświadczenie zawodowe — musi zawierać nazwy firm i stanowisk, okresy pracy, a także wykonywane obowiązki i osiągnięcia.
4. Umiejętności — warto podzielić listę umiejętności na umiejętności miękkie i twarde, wpisując specjalistyczne umiejętności, które interesują pracodawcę.
5. Wykształcenie — w tej sekcji skup się przede wszystkim na edukacji, która ma związek z interesującym Cię stanowiskiem lub wymaganiami z oferty pracy.
6. Kursy, szkolenia i certyfikaty — pokaż pracodawcy, że cały czas się doksztalasz i masz niezbędne uprawnienia do wykonywania danego zawodu.
7. Zainteresowania — ten element nie jest obowiązkowy w CV, ale może zadziałać na Twoją korzyść. Ciekawe hobby wiele mówi o kandydacie.
8. **Klauzula do CV —czyli zgoda na przetwarzanie danych osobowych, która jest obowiązkowym elementem CV w Polsce.**

Możesz również dodać swoje zdjęcie do CV. Nie jest to obowiązkowe. Pamiętaj jednak, że fotografia musi być profesjonalna.

Jak przygotować się do rozmowy o pracę?

1. Dokładnie przeczytaj ogłoszenie pracodawcy - zanim zaczniesz rozmowę o pracę musisz dobrze wiedzieć na jakie stanowisko aplikujesz, czym zajmuje się firma do której aplikujesz oraz czy masz odpowiednie kwalifikacje na dane stanowisko.
2. Dowiedz się więcej na temat firmy - bez podstawowej wiedzy o firmie rekruterzy mogą nie wziąć Twojej aplikacji na poważnie, wiedza dotycząca firmy sprawi, że rozmowa będzie bardziej profesjonalna.
3. Sprawdź informacje na temat rekrutera - to pozwoli na swobodniejszy przebieg rozmowy
4. Przygotuj odpowiedzi na najczęstsze pytania - jedno z najczęściej zadawanych pytań to:
 - Co wiesz o naszej firmie?
 - Dlaczego chcesz zmienić pracę?
 - Co motywuje Cię do pracy?
 - Jak układała się współpraca z poprzednimi przełożonymi?
 - Jaka jest Twoja wymarzona praca?
 - Jakie masz cele zawodowe?
5. Ubierz się stosownie do okazji - wiadomo, że na rozmowę kwalifikacyjną nie wypada przyjść w codziennym stroju. Ubierz się stylowo i poważnie.
6. Przyjdź przed czasem - wiele rekruterów ceni sobie punktualność, spóźnienie się na rozmowę kwalifikacyjną sprawi tylko, że zrobisz złe pierwsze wrażenie.
7. Zabierz ze sobą wydrukowane CV i referencje - nie zostawiaj na ostatnią chwilę kompletowania dokumentów. Przygotuj wcześniej wszystkie dokumenty takie jak:
 - CV
 - dokumenty potwierdzające kwalifikacje zawodowe
 - świadectwo pracy
 - referencje

**Chcesz dowiedzieć się więcej na
ten temat? Odwiedź stronę
www.darmowapomoc.pl lub udaj
się do punktu nieodpłatnej
pomocy prawnej i obywatelskiej**