

Dara Péter, Dr. Henczi Lajos, Szetei Tibor

Állásvadászat és karriertervezés

Szerzők:

© *Dara Péter*, 2006

© *Dr. Henczi Lajos*, 2006

© *Szetei Tibor*, 2006

ISBN 978 963 394 696 4

A kiadvány szerzői jogi védelem alatt áll, arról másolat készítése a kiadó előzetes írásbeli engedélye nélkül tilos.

A kiadvány másolása és jogosulatlan felhasználása bűncselekmény!

A kiadásért felelős Szepessy Hajnalka vezérigazgató
Kiadóigazgató Csuka Tünde
Szerkesztő Hegyi Katalin
Borítóterv Szinergia Kft.

Műszaki szerkesztő Kiss Tamás

Készült a Gyomai Kner Nyomda Zrt.-ben, a nyomda alapításának
124. esztendejében, 2006-ban. Felelős vezető: Papp Lajos vezérigazgató.
Terjedelem 22 (A/5 ív)

TARTALOMJEGYZÉK

ELŐSZÓ

ISKOLAPADBAN

- A karrier értelmezése (H.L.)
- A karrier szakszerű megközelítése (H.L.)
- Karriercélok és karriertervezés (H.L.)
- A karriercélok alkotóelemei (H.L.)
- A célok kitűzése (H.L.)
- Karrierközéppont, illetve a karriercélok hierarchiája (H.L.)
- Karriertendenciák (H.L.)
- A karriercélokat befolyásoló körülmények (H.L.)
- Kultúra, szubkultúra (H.L.)
- Tagsági csoportok (H.L.)
- Lehetőségek (H.L.)
- Életkori fázisokhoz kötődő karrierperiódusok (H.L.)
- Kompetenciák (H.L.)
- Kompetenciák értelmezése (H.L.)
- A kompetenciaértelmezések európai kontextusai (H.L.)
- Kompetenciák az Európai Képesítési Keretrendszerben (H.L.)
- Kompetencia az új Országos Képzési Jegyzékben (H.L.)
- Alap-, kulcs- és szakmaspecifikus kompetenciák (H.L.)
- Alapkompetenciák (H.L.)
- Kulcskompetenciák (H.L.)
- Szakmaspecifikus kompetenciák (H.L.)
- Kompetenciamenedzsment és egész életen át tartó tanulás (H.L.)
- Kompetenciadeficit (H.L.)
- Kompetenciamenedzsment (H.L.)
- Kompetenciamátrix (H.L.)
- Egész életen át tartó tanulás (LLL) (H.L.)
- Referenciák gyűjtése pályakezdőként (H.L.)
- A szakmai gyakorlat és a nyári munka jelentősége (D.P.)
- Mire is jó a szakmai gyakorlat? (D.P.)
- Nyári munkák (D.P.)
- A kapcsolati háló mint a leghatékonyabb álláskereső eszköz (D.P.)
- A célzott, tudatos kapcsolatépítés (D.P.)

ÉLET AZ ISKOLA BEFEJEZÉSE UTÁN

- Felkészülés az álláskeresőre (H.L.)
- Az énkép kialakulása és működése (H.L.)
- Az énkép típusai (H.L.)
- Önértékelés (H.L.)
- Önismeret (H.L.)
- Ön- és társismeret (H.L.)
- Erősségek és gyengeségek (H.L.)
- A munkavégzés során létesíthető jogviszonyok (H.L.)
- Foglalkoztatásra irányuló jogviszony (munkaviszony) (H.L.)
- Nem foglalkoztatási (munkavégzésre irányuló egyéb) jogviszony (H.L.)
- Színlelt szerződés (H.L.)
- Ajánlható vállalkozási formák (H.L.)

Munkavégzés vállalkozóként vagy alkalmazottként? (H.L.)
A diploma értéke az EU-ban (H.L.)
Közösségi jog (H.L.)
Nemzeti szabályozások (H.L.)
ENIC-NARIC hálózat (H.L.)
A doktori címek elismerése (H.L.)
A magyar állami nyelvvizsga elismerése (H.L.)
Foglalkoztatás a START-program keretében (H.L.)
Ki számít pályakezdő álláskeresőnek? (H.L.)
A START-kártyához kötődő kedvezmények (H.L.)
Ösztöndíjas foglalkoztatás (H.L.)
A foglalkoztatás lényege (H.L.)
A foglalkoztatás kondíciói (H.L.)
A foglalkoztatás keretében biztosított kedvezmények (H.L.)
Munkaerő-közvetítés, az állásvadászatot támogató szervezetek (D.P.)
A magán-munkaközvetítói tevékenység (D.P.)
Az állami munkaközvetítói tevékenység (H.L.)
A munkaerő-kölcsönzés (D.P.)
Munkavállalási lehetőségek az EU-ban (H.L.)
Közösségi jog (H.L.)
Nemzeti szabályozások (H.L.)
Európai Foglalkoztatási Szolgálat (EURES - EUROpean Employment Services) (H.L.)
Az EEÍRES Magyarországon (H.L.)
Az álláskeresés szinterei (D.P.)
Szakmai/nyári gyakorlati hely (D.P.)
Az internet kihasználása, az online álláskeresés (D.P.)
Miért érdemes az online álláskereséssel kezdeni (D.P.)
Milyen problémákkal szembesülhet a netező? (D.P.)
A nyomtatott sajtó hirdetései (offline álláskeresés) (D.P.)
Személyzeti tanácsadók, toborzóirodák, munkaközvetítők szolgáltatásai (D.P.)
Felsőoktatási diákszervezetek, karrierirodák, állásbörzék (D.P.)
Pályázás álláshirdetés nélkül (D.P.)
Álláskeresés munkanélkülként (H.L.)
Munkaügyi központok (H.L.)
Nonprofit Vállalkozásokért a Népjóléti Szférában Alapítvány (D.P.)

**HOGYAN TUDJA MEGSZEREZNI A LEGJOBB MUNKAHELYET:
AZ ÁLLÁSFELDERÍTÉS PRAKTIKÁI**

A megfelelő álláspályázat elemei (SZ.T.)
Motivációs levél (SZ.T.)
Szakmai önéletrajz (SZ.T.)
Önéletrajztípusok (SZ.T.)
Az önéletrajz elkészítése (SZ.T.)
A hiányosságok és problémák kezelése (SZ.T.)
A referenciaszemélyek jelentősége
az állásszerzésben (SZ.T.)
Az önéletrajz buktatói (SZ.T.)
Angolszász önéletrajzok (SZ.T.)
A pályázati mellékletek (SZ.T.)
Erkölcsei bizonyítvány
Iskolai bizonyítványok, képzettségek, végzettségek, nyelvvizsga-bizonyítvány (SZ.T.)
Szakmai elgondolások, elképzelések, tanulmányok (SZ.T.)

Orvosi alkalmassági igazolások, egészségügyi vizsgálati papírok (SZ.T.)
Önreklámozás (SZ.T.)
Álláskereső körlevél (SZ.T.)
Saját honlap használata álláskeresésnél (SZ.T.)
A kiválasztás folyamata (SZ.T.)
Felkészülés az interjúra (SZ.T.)
Hogyan érhet el sikereket a felvételi interjún? (SZ.T.)
Interjú idegen nyelven (SZ.T.)
Információszerzési források (SZ.T.)
Megjelenés és öltözködés az állásinterjún (SZ.T.)
Viselkedés az interjún (SZ.T.)
Testtartás (SZ.T.)
A tiltott és a kötelező elemek (SZ.T.)
A dohányzás hatása az álláskeresésre (SZ.T.)
Illemszabályok (SZ.T.)
Kínos helyzetek kezelése (SZ.T.)
Alapszabályok a telefonáláshoz (SZ.T.)
Az állásinterjú típusai (SZ.T.)
Telefoninterjú (SZ.T.)
Személyes interjú (SZ.T.)
Tipikus interjúkérdések (SZ.T.)
Pszichológiai tesztek (SZ.T.)
Az értékelő-kiválasztó központ (SZ.T.)
Csoporthoz tartozás (SZ.T.)
Bemutatkozás (SZ.T.)
Előadásmód (SZ.T.)
Sokoldalú felkészültség (SZ.T.)

MINDENNAPOK AZ ÚJ MUNKAHELYEN, AVAGY MUNKÁS HÉTKÖZNAPOK

Béralku (D.P.)
Az első bértárgyalás (D.P.)
Bérelemek (D.P.)
Béren kívüli juttatások (D.P.)
Kafetéria (SZ.T.)
Fizetésemelés (D.P.)
Bérelszámolás (D.P.)
Nyugdíjpénztár (D.P.)
Az álláskereséshez és a munkába álláshoz szükséges munkajogi alapok (D.P.)
A munkaviszony létrejötte és a munkaszerződés (D.P.)
A munkavállaló jogai és kötelességei (D.P.)
A munkaviszony időtartama, a munkaviszony rendes megszüntetése (D.P.)
A felmondási idő és a végkielégítés (D.P.)
A rendkívüli felmondás szabályai (D.P.)
A munkaszerződés módosítása (D.P.)
A tanulmányi szerződés (D.P.)
A munkaidő és pihenőidő (D.P.)
A munkaidő és munkaidőkeret (D.P.)
A munkaidő-beosztás (D.P.)
A pihenőnap és a pihenőidő (D.P.)
A rendkívüli munkavégzés (túlmunka) (D.P.)
Szabadság, pótszabadság (D.P.)

A betegszabadság (D.P.)
A díjazás (D.P.)
A munkabér (D.P.)
A költségek megtérítése (D.P.)
A képernyő előtti munkavégzés (D.P.)
Munkaügyi vita, avagy mikor érdemes bírósághoz fordulni (D.P.)
Viselkedés az új munkahelyen, avagy a beilleszkedés (D.P.)
Munkahelyi képzés (H.L.)
Humán informatikai rendszerek (H.L.)
Érdekvédelem, kollektív szerződés, érdekvérvényesítés (D.P.)

MENNI, MARADNI VAGY VÁLTOZTANI: HOGYAN TUDJUK ELKERÜLNI A MUNKANÉLKÜLI STÁTUSZT?

Ki számít munkanélkülinek/álláskeresőnek?
(Búcsú a munkanélküli fogalmától?) (H.L.)
Irány a munkaügyi központ (H.L.)
Az álláskereső támogatása (H.L.)
Ki tekinthető álláskeresőnek? (H.L.)
Mi a tartalma az álláskeresői megállapodásnak? (H.L.)
Kit illet meg az álláskeresői járadék? (H.L.)
Az álláskeresői járadék nagysága (H.L.)
Mi tekinthető megfelelő munkahelynek? (H.L.)
Az alkalmi munkavállalói könyvvel történő munkavégzés (H.L.)
Képzés, pályamódosítás (H.L.)
Szervezeti és szakmai mobilizáció (H.L.)
Megfontolások a munkahelyváltás esetén (H.L.)
Képzések támogatása (H.L.)

EUROPASS

Europass Önéletrajz
Europass Nyelvi Útlevel
Europass Oklevélmelléklet
Europass Bizonyítványkiegészítő
Europass Mobilitási Igazolvány

ÖNÉLETRAJZMINTÁK

Magyar CV
Angol CV
Funkcionális önéletrajz
Kronologikus önéletrajz
Hibrid (kombinált) önéletrajz

FELHASZNÁLT IRODALOM

A SZERZŐK

ELŐSZÓ

Az álláskeresés nagy kihívás, akár pályakezdőként, akár munkanélküliként, akár egyszerű állás-változtatóként kezd valaki neki.

A türelem és a kitartás önmagában azonban nem elég, az álláshirdetések folyamatos figyelemmel kísérése, önéletrajzok küldözgetése az alapvető szabályok betartása nélkül nem célravezető, bármilyen komoly erőfeszítést is fektet bele a pályázó. Annak érdekében, hogy mielőbb eredményeket lehessen elérni, e legfontosabb szabályok tekintetében képbe kell kerülni.

Aligha kell bizonyítani, hogy egy állásinterjúra nem érdemes felkészületlenül elmenni, hiszen a pályázó sorsa múlik azon, hogyan szerepel, mégis rengetegen elkövetik azt a hibát, hogy az információk teljes hiányában jelennek meg a felvételiztetők előtt, illetve küldik be szakmai anyagukat, s emiatt vallanak kudarcot.

Megítélésem szerint e kiadvány a hazai munkaerőpiac vonatkozásában tartalmazza mindazon alapinformációkat, amelyek megismerésével, illetve a bemutatott technikák begyakorlásával mtinos álláskeresővé válhat az olvasó, legyen valaki az iskolapadból frissen kikerülő, az állását elvesztő, vagy pedig az eddigi munkahelyéről továbblépni kívánó. Ezen túlmenve egyúttal irány- mutatót nyújt az országhatáron túli állások megszerzéséhez, például az egyre elterjedtebb Europass önéletrajzforma megismertetésével, vagy akár az Európai Unión belüli munkavállalási lehetőségek feltárásával.

A szerzők tudatosan törekedtek az elméleten túlmutató, hasznosítható információk bemutatására, melyek közül a legtöbb gyakorlati elem az Allásfel- derítés praktikai részben olvasható.

Nyilvánvalóan azok számára, akik már eddig is kellő energiát fektettek a felkészülésbe, az ismétléshez nyújthat alapot a könyv, bár talán ők is találnak újdonságot. A számtalan újságicik- ben, állásbörzéken megjelenő kiadványokban, illetve internetes oldalakon fellelhető információk általában ugyanis csak egy-egy szegmensre térnek ki, ezzel szemben e kötet egyik legnagyobb erénye, hogy keretbe foglalva tartalmazza mindazt, amit tudni érdemes annak érdekében, hogy mielőbb állást találhasson az olvasó. Olyan - ritkábban taglalt - témákat is érint, mint a kompetenciamenedzsment, a kapcsolati háló kiépítése, a munkahelyi beilleszkedés, a munkanélküli státusz elkerülése.

A kiadvány aktualitását időszerűvé teszi az a tény is, hogy az utóbbi időben a szakképzésből, a felsőfokú szakképzésből, valamint a diplomát adó képzésekből kikerülők számának növekedése miatt a fiatal szakemberek elhelyezkedése egyre nehezebbé vált, s ezért nekik kiemelten fontos, hogy elsajátítsák azokat a gyakorlatban is jól hasznosítható ismereteket, amelyekkel pályakezdő- ként könnyebbé válhat első munkahelyük megszerzése.

Habár a könyv alcímében hangsúlyozásra került, hogy „nem csak pályakezdőknek” készült, szeretném az olvasói célközönségen belül különösen a frissdiplomások figyelmébe ajánlani a kiadvány *Menni, maradni vagy változtatni* fejezetének egyik legfontosabb kulcsmondatát: „... a karriercélokkal összhangban álló ... jó munkahelyet nagyon nehéz találni”!

Dr. Roóz József
a Budapesti Gazdasági Főiskola
rektora

ISKOLAPADBAN

A karrier értelmezése

Ha a közvélemény-kutatók megkérdezik az embereket, hogy mit értenek karrier alatt, azaz mi kell a sikeres pályafutáshoz, akkor a leggyakrabban a következő tartalmú válaszokkal szembesülnek:

- > a karrier tartalmas, élvezetes munkát és pénzt, biztonságos megélhetést jelent;
- > a karrier nem más, mint egyéni boldogság és kiegyensúlyozott, a környezettel való harmonikus életvitel.

A karrierguruk is sokféle álomszerű értelmezését adják a karriernek. Dávid Rockefeller, aki a karriert a pénzzel, a vagyonnal azonosítja, úgy tartja, hogy az ember élete során háromféle módon juthat fel a csúcsra: jó helyre kell születni, jól kell házasodni és/vagy erőszakkal el kell venni a másét.

A magyar „karriercsászár” Pintér Zsolt (Pintér 2003) nem teljesen osztja ezt a nézetet. Helyette a karrierépítésnek a rögzösebb, de járható útját tárja fel: a munkaerő-piaci kihívásokra változással, konstruktív életvitellel, ha kell új szakma elsajátításával szükséges válaszolni; a tudást és személyiségbeli értékeket kell ámba bocsátani a munkaerőpiacon; alapozzon mindenki önmagára, de fogadja el, s éljen a környezet nyújtotta lehetőségekkel; illetve ha mód van rá, aki csak teheti, üljön be egy sikeres ember csónakjába és húzza együtt az evezőt.

A karrier szakszerű megközelítése

A fenti meglátásokra is tekintettel - az iskolapadból nézve - **a karriernek az alábbi értelmezés adható:**

- a személy kompetenciáinak fejlesztése és konstruktív alkalmazása, mely az életpálya során, az elvégzett szakmai feladatok, a betöltött munkakörök és pozíciók összességében valósul meg, melyet
- szorosan össze kell hangolni a privát életvezetés aktivitásaival.

A karriernek tehát két jellegzetes vonulata van: szakmai és egyéni/privát dimenzió. A mai modern felfogás ennek lényegét a munka és a magánélet egyensúlyában látja (*work and life balance*), s ez úgy fogalmazható meg, hogy nincs értelme az olyan „szakmai, munkahelyi” karriernek, mely elnyomja az önfejlesztő aktivitást, ellene van az esztétikai és egészséges életmód iránti szükségletek kielégítésének, a családi és közösségi aktivitásnak. Az értelmes karrier biztosítja a szakmai, egyéni és közösségi aktivitások szinergikus gyakorlását.

De magára a karrierre is két módon lehet tekinteni: szubjektív és objektív szemüveggel. Az egyéni karriernek - tényszerűsége/objektivitása mellett - kétségtelenül van egy szubjektív látása is, mely abban nyilvánulhat meg, hogy ugyanazt az életpályát egyesek sikeresnek, míg mások esetleg kudarcosnak látják.

A szakmai életpálya tekinthető:

- **sikeresnek**, mely mögött általában nagyfokú szakmai és szervezeti mobilitás, egész életen át tartó tanulás, illetve kiemelkedő javadalmazás található;
- **jellegtelennek**, észrevétlennek, melyet alacsony presztízsű (ru- tin)munka, elégtelen szintű motiváció és az önmegvalósítás hiánya vagy eltorzult megléte jellemez;
- **sikertelennek**, melyhez a tanulás hiánya, az önfejlődés elhanyagolása, a perifériára sodródás, az elbocsátások sorozata párosítható.

A karrier tartalma szerint lehet: bürokratikus, szakmai vagy vállalkozói karrier. A karrierutak két perspektívát kínálnak: vertikális/szakmán belüli irányt vagy horizontális/szakmaközi távlatot. Bármelyik bejárására is törekszik, figyelembe kell venni a nagyfokú szervezeti és szakmai mobilitást, azaz hogy a pályafutás várhatóan több intézményhez és szakmához/foglalkozás-hoz kötődik majd (esetleg HR-menedzserként kezdi pályafutását Budapesten, és lehet, hogy úszóedzőként fejezi be Madridban).