

10 kroków do przodu i 10 kroków do tyłu

czyli porady dla podejmujących
pracę na pograniczu



Wstęp

W ostatnich latach praca za granicą nie jest czymś wyjątkowym i rzadko spotykanym, a wręcz przeciwnie, bardzo wiele osób korzysta z tej możliwości i decyduje się na wyjazd. Dla jednych jest to sytuacja jednorazowa, a dla innych praca za granicą stała się sposobem na życie. Wiele osób zastanawia się i rozważa możliwość wyjazdu w przyszłości.

Co sprawia, że jedni wspaniale odnajdują się w pracy i życiu za granicą? A dlaczego niektórzy nie mogą sprostać temu wyzwaniu?

10 kroków

To nie jest kolejna zwykła broszurka z poradami na temat pracy za granicą.

Dlaczego nie?

Gdyż ta broszura powstała na podstawie wieloletniego doświadczenia doradców EURES.

Została podzielona na 10 obszarów. W każdym z nich najważniejsze są Twoje własne przemyślenia, które my tylko pomagamy uporządkować.

Każdy doradca EURES codziennie ma kontakt z osobami, które rozpatrują lub planują podjęcie pracy za granicą lub osobami, które pracują obecnie lub pracowały za granicą w przeszłości. Zgłaszają się do nas osoby, które sobie poradziły bardzo dobrze, ale czasem również takie, które mają wiele wątpliwości, co do zatrudnienia za granicą.

Doradcy EURES mają wielu „stałych” klientów, którzy najpierw przychodzili z pytaniami o swoje szanse na wyjazd, szukali ofert pracy i informacji o kraju docelowym, a potem wracali i opowiadali swoje doświadczenia. Doradcy EURES codziennie udzielają porad i informacji, odpowiadają na setki pytań, pokazują błędy i zagrożenia, ale też możliwości rozwiązania problemów. Wspieramy podejmowane pozytywne działania np. zdobywanie umiejętności językowych.

Ta broszura to tylko mała próba zebrania tych doświadczeń i przekazania ich każdemu ewentualnemu kandydatowi do pracy za granicą.

Treści zawarte w tej broszurze pokazują jak wiele kwestii trzeba przemyśleć i poznać przy podejmowaniu pracy za granicą. Oczywiście na pewno nie jest to materiał kompletny i wyczerpujący wszystkie zagadnienia. Takie opracowanie wymagałoby zaangażowania wielu osób, instytucji, przeprowadzenia badań, wywiadów itd. Nie taki był nasz cel.

Nikt nie powinien podejmować jakichkolwiek decyzji i działań wyłącznie w oparciu o treści tej broszury. Chcemy, aby broszura była podstawą do przemyśleń i być może inspiracją do podejmowania pracy u różnych pracodawców.

Dlaczego tak?

Widzimy, że wielu naszych klientów obawia się wyjazdu. Być może dzięki przejściu przez „10 kroków” zobaczą, że właściwie są odpowiednimi kandydatami do pracy za granicą i powinni sobie poradzić. Z kolei chcemy przestrzec przed wyjazdem lub skłonić do jego ponownego przemyślenia osoby, które raczej nie mają odpowiednich predyspozycji i wiele przesłanek wskazuje, że ich wyjazd zakończy się niepowodzeniem. Dodatkowo zachęcamy każdego do zwrócenia się o pomoc bezpośrednio u doradców EURES.

„10 kroków” to nie jest test, ale będzie nam miło, jeśli w efekcie da podstawę do dalszych przemyśleń i w ich następstwie być może do podjęcia lub zmiany decyzji.

Trzeba poświęcić około 30 minut na dokładne przeczytanie wszystkich pytań i wypełnienie arkusza odpowiedzi. Odpowiedzi na pytania powinny być szczere. Należy zaznaczyć odpowiedź przy każdym pytaniu.

Jeśli opisana w pytaniu sytuacja nigdy się jeszcze Tobie nie zdarzyła, to trzeba ją sobie wyobrazić i opisać swoje przypuszczalne zachowanie.

Oczywiście wynik pozytywny nie będzie nikomu gwarantował pełnego sukcesu, a wynik negatywny nie zamknie na zawsze drogi do pracy za granicą. Wiele z sytuacji i zachowań można zmienić i wówczas wyniki mogą być bardziej zadowalające. Ważne, aby wszystko jeszcze raz przeanalizować i uświadomić sobie złożoność podejmowania pracy za granicą.

Proszę pamiętać, że doradcy EURES na Państwa czekają w DWUP.

Życzymy miłej i owocnej zabawy

Doradcy EURES z Dolnośląskiego Wojewódzkiego Urzędu Pracy

Krok 1

Decyzja podjęta: JADĘ

1. Czy Twoja decyzja o wyjeździe nie była zbyt pochopna?
2. Czy podczas podejmowania decyzji zostały rozpatrzone wszystkie „za” i „przeciw”?
3. Jaki tak naprawdę był powód podjęcia decyzji?
4. Czy rzeczywiście nie możesz znaleźć pracy w Polsce?
5. Czy znasz wszystkie możliwości znalezienia zatrudnienia, nauki zawodu lub podniesienia kwalifikacji, oferowane przez urzędy pracy, organizacje zajmujące się bezrobotnymi i inne instytucje?
6. Czy poszukiwanie pracy to rzeczywista przyczyna wyjazdu, czy nie kryje się za tym inny powód?
7. Czy wyjazd nie wpłynie negatywnie na Twoją sytuację rodzinną?



Przeczytaj poniższe zdania:
 zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
 lub
 zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

od dłuższego czasu nie mam szansy na odpowiednią pracę w Polsce	+	-
wyjazd jest dla mnie szansą na rozwój i zarobienie większych pieniędzy	+	-
rodzina jest przyzwyczajona do moich długich nieobecności w domu	+	-
od dawna rozważam możliwość pracy za granicą	+	-
wiem, że praca za granicą to nie to samo co w kraju	+	-
mam pewność, że sobie poradzę	+	-
wytrzymałość i otwartość to moje mocne strony	+	-
nie mam zobowiązań rodzinnych	+	-
od dawna uczę się języka obcego	+	-
nie chcę na razie pracować w Polsce	+	-
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Przeczytaj poniższe zdania:
zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
lub
zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

nawet, jak wyjeżdżam na urlop to po tygodniu tęsknię i chcę wracać do domu	☐	☐
nie chcę tak ciężko pracować, jak ostatnio	☐	☐
mam obowiązki wobec rodziny wymagające częstych kontaktów osobistych	☐	☐
mam dobrą pracę, ale każda praca szybko mi się nudzi	☐	☐
nie znam nikogo, kto pracował za granicą	☐	☐
nie potrafię nawiązywać nowych znajomości	☐	☐
mam wiele przyzwyczajeń i nie lubię ich zmieniać	☐	☐
nie chce mi się zmieniać zawodu, ani uczyć nowych rzeczy	☐	☐
właściwie to nie wiem, dlaczego chcę wyjechać	☐	☐
mam problem z nauką języków obcych	☐	☐
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Poniżej krótkie podsumowanie kroku 1

- Podsumowanie do pytań na zielonym i na szarym polu znajdziesz odpowiednio poniżej na polach zielonych lub szarych.
- W zależności od liczby zaznaczonych odpowiedzi z „+”, każdy powinien przeczytać tylko dwa podsumowania: jedno swoje podsumowanie na polu zielonym i jedno podsumowanie na polu szarym.
- Zaznacz obydwa „swoje” pola z podsumowaniem (jedno pole zielone i jedno pole szare).

Od 0 do 5 odpowiedzi z „+”

Twoja decyzja nie została jeszcze podjęta lub była podjęta zbyt pochopnie, a ciężka sytuacja rodzinna lub Twoje predyspozycje jej nie ułatwiają. Zastanów się, czy nie poszukać jeszcze raz szansy dla siebie w kraju. Wydaje się, że obecnie to lepsze rozwiązanie.

Jeśli myślisz o wyjeździe, to musisz się zmobilizować i zmienić swoją postawę. Nie wydajesz się dobrym kandydatem do pracy, bo zbyt wiele rzeczy Ci będzie przeszkadzało podczas pobytu za granicą. Spróbuj też zebrać więcej informacji na temat wyjazdu, najlepiej szczerze rozmawiając z osobami, które mają takie doświadczenia za sobą.

Od 6 do 10 odpowiedzi z „+”

Jeśli jeszcze się wahasz i w ogóle zastanawiasz nad wyjazdem, to niepotrzebnie. Warto przynajmniej spróbować i zaryzykować, bo Twoje szanse na powodzenie są spore. Nie masz już wątpliwości, aby dłużej odwlekać decyzję.

Wyjazd do pracy za granicę to chyba nie jest najlepszy pomysł. A przynajmniej nie w tym momencie. Taka zmiana raczej Cię przerasta i powinna być odłożona do momentu zmiany Twojej sytuacji rodzinnej, przyzwyczajeni i motywacji.

Krok 2 Dokąd?

1. Jakie znasz języki obce?
2. Co wiesz o europejskim rynku pracy?
3. Czy znasz warunki życia i pracy w krajach, do których chcesz jechać?
4. Czy chcesz być pracownikiem transgranicznym i wiesz co to oznacza?
5. Czy tam, gdzie chcesz jechać znajdziesz pracę dla siebie?
6. Jak często chcesz przyjeżdżać do kraju?
7. Czy masz rodzinę lub znajomych za granicą, którzy mogliby ci pomóc na początku pobytu?



Przeczytaj poniższe zdania:
 zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
 lub
 zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

znam język kraju, do którego chcę jechać	+	-
z pracodawcą wszystko jest ustalone, teraz mogę jechać i zaczynać pracę	+	-
wiem, gdzie i za ile będę mieszkać	+	-
mam prawo jazdy i samochód, wszędzie dojadę	+	-
kraj, w którym będę pracować nie ma dla mnie większego znaczenia	+	-
mam kwalifikacje poszukiwane, mogę przebierać w ofertach pracy	+	-
wiem, że bycie pracownikiem transgranicznym pozwala na korzystanie ze świadczeń w obydwu krajach	+	-
praca na pograniczu ma dla mnie wiele zalet	+	-
mam duże doświadczenie w pracy za granicą w różnych krajach	+	-
dla mnie liczy się dobra praca, nieważne gdzie	+	-
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Przeczytaj poniższe zdania:
zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
lub
zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

nie znam żadnego języka	+	-
nie jest mi obojętne dokąd pojadę, najlepiej w znane mi okolice	+	-
pojadę w ciemno i na miejscu „coś” znajdę	+	-
nie mam prawa jazdy i muszę korzystać z komunikacji publicznej	+	-
tam, dokąd chcę najbardziej pojechać, nie znajdę pracy	+	-
chcę pracować nie dalej niż 10 km od granicy	+	-
nie wiem co to znaczy pracownik transgraniczny	+	-
wykluczam pracę na pograniczu	+	-
muszę codziennie wracać z pracy do domu	+	-
szukam pracy w konkretnym kraju i w konkretnym mieście	+	-
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Poniżej krótkie podsumowanie kroku 1

- Podsumowanie do pytań na zielonym i na szarym polu znajdziesz odpowiednio poniżej na polach zielonych lub szarych.
- W zależności od liczby zaznaczonych odpowiedzi z „+”, każdy powinien przeczytać tylko dwa podsumowania: jedno swoje podsumowanie na polu zielonym i jedno podsumowanie na polu szarym.
- Zaznacz obydwa „swoje” pola z podsumowaniem (jedno pole zielone i jedno pole szare).

Od 0 do 5 odpowiedzi z „+”

Twoje możliwości znalezienia wymarzonej pracy są nieco ograniczone. Nie masz zbyt dużego pola manewru. Trudno będzie o znalezienie idealnej oferty. Potrzebna będzie cierpliwość. Pomyśl, co jest dla Ciebie najważniejsze i wybierz miejsce zatrudnienia. Zaczniij od krajów, w których możesz się najłatwiej porozumieć.

Możesz mieć problem, aby szybko znaleźć pracę tam, gdzie najbardziej chcesz. Masz być może zbyt wiele wymagań co do miejsca pracy. Konieczny będzie kompromis, musisz z czegoś zrezygnować, bo inaczej nigdy niczego nie znajdziesz. Poszukiwanie pracy zacznij od zaraz, ale nie jedź „w ciemno”.

Od 6 do 10 odpowiedzi z „+”

Masz umiejętności do znalezienia dobrej pracy za granicą. Możesz przebiegać w ofertach pracy, krajach, regionach itd. Jeśli dostrzegasz zalety pracy na pograniczu, to zastanów się czy takiej właśnie nie wybrać?

Masz bardzo wysokie wymagania, co do miejsca zatrudnienia, a jednocześnie niewiele możesz zaoferować pracodawcy. Masz dużą konkurencję wśród innych poszukujących tzw. „każdej pracy”. Jeśli chcesz zwiększyć swoje szanse na znalezienie pracy, nie ograniczaj się do konkretnego miejsca, stań się bardziej mobilny.

Krok 3

Jaka praca?

1. Czy znasz swoje oczekiwania wobec przyszłej pracy?
2. Czy wyjeżdżasz na stałe czy tylko na kilka miesięcy?
3. Czy koniecznie musisz pracować w swoim zawodzie?
4. Czy podejmiesz pracę nawet poniżej swojego poziomu wykształcenia?
5. Czy dopuszczasz możliwość zatrudnienia poprzez agencje pracy tymczasowej?
6. Czy Twoje zdrowie pozwala na podjęcie pracy?
7. Czy wyjeżdżasz sam czy z rodziną lub znajomymi?



Przeczytaj poniższe zdania:
zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
lub
zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

szukam pracy, w której mam wieloletnie doświadczenie	+	-
uważam, że żadna praca nie hańbi	+	-
mam dobry stan zdrowia	+	-
nie ma żadnych przeszkód, aby pracować w moim zawodzie za granicą	+	-
chcę kontynuować swój rozwój zawodowy	+	-
interesuje mnie krótki wyjazd, dlatego szukam również prac sezonowych	+	-
mogę przebierać w ofertach pracy dla siebie	+	-
pracodawca udostępnił mi treść umowy o pracę	+	-
moje kwalifikacje zawodowe są uznawane za granicą	+	-
mam udokumentowane doświadczenie zawodowe	+	-
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Przeczytaj poniższe zdania:
 zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
 lub
 zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

mój zawód wyuczony jest poszukiwany, ale nie mam w nim doświadczenia	+	-
nie mogę podjąć pracy w swoim zawodzie, bo nie poradzę sobie językowo	+	-
chcę wyjechać na stałe, a znajduję tylko oferty pracy sezonowej	+	-
moje kwalifikacje zawodowe są już nieaktualne	+	-
mam ograniczenia zdrowotne, które uniemożliwiają mi podjęcie większości prac	+	-
nie zwracam uwagi na rodzaj pracy, który wykonuję, liczą się tylko odpowiednie pieniądze	+	-
słabo znam język, ale szukam wyłącznie pracy umysłowej	+	-
jest mało ofert pracy, gdzie spełniam wymagania pracodawcy	+	-
myślę, że podejmę pracę „na czarno”, jak dostanę taką propozycję	+	-
nigdy nie podejmę pracy tymczasowej w agencji pracy	+	-
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Poniżej krótkie podsumowanie kroku 1

- Podsumowanie do pytań na zielonym i na szarym polu znajdziesz odpowiednio poniżej na polach zielonych lub szarych.
- W zależności od liczby zaznaczonych odpowiedzi z „+”, każdy powinien przeczytać tylko dwa podsumowania:
jedno swoje podsumowanie na polu zielonym i jedno podsumowanie na polu szarym.
- Zaznacz obydwa „swoje” pola z podsumowaniem (jedno pole zielone i jedno pole szare).

Od 0 do 5 odpowiedzi z „+”

Twoje kwalifikacje zawodowe nie gwarantują Ci znalezienia pracy w swoim zawodzie. Chyba będziesz musiał obniżyć swoje oczekiwania i zdecydować się na poszukiwanie również innych prac, w których wymagania wobec kandydatów nie są tak wygórowane. Niestety wynagrodzenie może być wtedy niższe niż w innych ofertach.

Masz pewne ograniczenia i nie będzie zbyt wiele ofert dla Ciebie. Pamiętaj, że poszukiwanie pracy wymaga dużej cierpliwości i trzeba mu poświęcić wiele czasu. Zastanów się nad podniesieniem swoich umiejętności językowych, to zawsze jest duży atut.

Od 6 do 10 odpowiedzi z „+”

Masz dobry zawód i spore doświadczenie zawodowe. Jeśli postarasz się o oficjalne uznanie swoich kwalifikacji, to Twoja oferta na rynku pracy jeszcze wzrośnie. Jak zdecydujesz się na pracę w swoim zawodzie, możesz liczyć na znacznie wyższe wynagrodzenie.

Masz małe szanse na znalezienie pracy za granicą, o ile nie obniżysz swoich oczekiwań. Nie jesteś wymarzoną kandydatką do pracy dla pracodawcy. Zgłaszaj się na każdą ofertę, o ile tylko spełniasz wymagania. Pamiętaj jednak, aby nie decydować się w żadnym wypadku na pracę „na czarno”.

Krok 4

Szukanie pracy

1. Czy masz przygotowane aktualne i profesjonalne CV w języku obcym?
2. Czy wiesz, gdzie znaleźć dobre oferty pracy?
3. Czy wiesz, czego oczekuje pracodawca od kandydatów do pracy?
4. Ile czasu poświęcasz na poszukiwanie pracy?
5. Czy możesz uzyskać o pomoc w znalezieniu pracy od rodziny lub znajomych mieszkających za granicą?
6. Czy masz przetłumaczone dokumenty potwierdzające Twoje kwalifikacje zawodowe?



Przeczytaj poniższe zdania:
zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
lub
zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

moje CV jest profesjonalnie napisane i przetłumaczone	+	-
zwracam uwagę na aktualność moich danych kontaktowych	+	-
często sprawdzam zawartość mojej skrzynki pocztowej i przeglądam e-maile	+	-
uważnie czytam wymagania pracodawcy co do sposobu nawiązania kontaktu i postępuję zgodnie z jego życzeniami	+	-
odpowiadam na oferty zgodne z moimi kwalifikacjami	+	-
korzystam z ofert pracy sieci EURES lub zarejestrowanych w DWUP agencji pracy	+	-
sprawdzam w Internecie wiarygodność ofert pracy i opinie o pracodawcy	+	-
nie interesuje mnie praca „na czarno”	+	-
nie podpiszę umowy o pracę, której treści nie rozumiem	+	-
mam referencje od poprzednich pracodawców	+	-
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Przeczytaj poniższe zdania:
 zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
 lub
 zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

ostatni zapis w moim cv był ponad rok temu	+	-
mam nowy numer telefonu dopisany ręcznie w CV	+	-
w moim CV jest kilka dłuższych przerw w zatrudnieniu	+	-
odpowiadam na każdą ofertę zawierającą atrakcyjne warunki finansowe i nie interesuje mnie czy źródło oferty jest wiarygodne	+	-
nie wiem za co nie muszę płacić przy szukaniu pracy	+	-
mam propozycje pracy, ale muszę zapłacić z góry za „rezerwację” mieszkania	+	-
zapominam o systematycznym sprawdzaniu swojej skrzynki pocztowej i e-maili	+	-
nie potrafię udowodnić swojego doświadczenia zawodowego	+	-
bardzo mi się spieszy, dlatego przyjmę „każdą” pracę	+	-
mam bardzo zróżnicowane doświadczenie zawodowe	+	-
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Poniżej krótkie podsumowanie kroku 4

- Podsumowanie do pytań na zielonym i na szarym polu znajdziesz odpowiednio poniżej na polach zielonych lub szarych.
- W zależności od liczby zaznaczonych odpowiedzi z „+”, każdy powinien przeczytać tylko dwa podsumowania:
jedno swoje podsumowanie na polu zielonym i jedno podsumowanie na polu szarym.
- Zaznacz obydwa „swoje” pola z podsumowaniem (jedno pole zielone i jedno pole szare).

Od 0 do 5 odpowiedzi z „+”

Poszukiwanie pracy przez Ciebie nie jest zbyt skuteczne. Łatwo można to zmienić. Zadbaj o estetykę i aktualność CV. Bądź systematyczny w działaniach, ostrożny w nawiązywaniu kontaktów i podejmowaniu zobowiązań.

Niewielkie dodatkowe Twoje zaangażowanie pozwoli Tobie na znaczne zwiększenie szans na dobrą pracę. Postaraj się nawiązać dobre kontakty i postępuj ostrożnie. Jeśli nie masz pewności, co do rzetelności pracodawców, to szukaj pomocy w odpowiednich instytucjach. Unikaj okazjonalnych ofert, bo w takich przypadkach jest najwięcej oszustw.

Od 6 do 10 odpowiedzi z „+”

Raczej wiesz co robić, aby szybko znaleźć dobrą pracę. Twoje CV jest atrakcyjne pod względem wyglądu i zawartości. Dbasz o swoje bezpieczeństwo i nie ryzykujesz. Jeśli nie masz pewności co do uczciwości pracodawcy lub pośrednika, to rezygnujesz.

Musisz popracować nad zaprezentowaniem siebie jako dobrego kandydata do pracy. Trzeba poświęcić trochę czasu i być może nawet pieniędzy na napisanie dobrego CV. Musisz zwrócić większą uwagę na to, gdzie szukasz ofert. Pamiętaj, że im bardziej niepewne źródło oferty, tym większe prawdopodobieństwo oszustwa.

Krok 5

Ważne sprawy - wyjazd

1. Czy wiesz, jakie przygotowania poczynić przed wyjazdem?
2. Czy zamierzasz utrzymywać kontakt z rodziną lub znajomymi w kraju?
3. Czy wiesz, ile bagażu możesz przewieźć?
4. Czy wiesz, jakie wyposażenie będzie miało twoje nowe mieszkanie?
5. Co musisz załatwić po przyjeździe do pracy?
6. Czy wiesz, jakie rzeczy koniecznie musisz ze sobą zabrać?



Przeczytaj poniższe zdania:
zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
lub
zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

mam kserokopie dokumentów (paszport, dowód osobisty, umowa)	+	-
moje dokumenty będą jeszcze długo ważne	+	-
mam wydruki korespondencji z pracodawcą	+	-
mam uruchomiony roaming w telefonie	+	-
będę utrzymywać stały kontakt z rodziną lub znajomymi w kraju	+	-
mam zapas gotówki w portfelu i na koncie, który wystarczy mi do pierwszej wypłaty płacy	+	-
Wiem, co zabrać ze sobą (np. pościel, ręczniki itd.)	+	-
mam spisane na kartce podstawowe adresy i telefony	+	-
mam opis trasy i mapę dojazdu do pracodawcy	+	-
moi bliscy dokładnie wiedzą, dokąd jadę	+	-
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Przeczytaj poniższe zdania:
 zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
 lub
 zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

oczekuję na zaliczki od pracodawcy już po kilku dniach pracy	☐	☐
mam problemy w uzyskaniu informacji od pracodawcy	☐	☐
nie mam dokładnego planu podróży	☐	☐
mam zamiar zabrać mało bagażu, a resztę dokupię na miejscu	☐	☐
wszystkie niezbędne informacje mam zapisane tylko w telefonie	☐	☐
bliscy, którzy zostają w kraju nie znają mojego adresu i nazwy pracodawcy	☐	☐
mój dowód osobisty wkrótce utraci ważność	☐	☐
„brak wiadomości to dobre wiadomości”, nie zamierzam do nikogo dzwonić po przyjeździe na miejsce	☐	☐
mój telefon nie działa za granicą	☐	☐
nie mam pieniędzy na podróż	☐	☐
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Poniżej krótkie podsumowanie kroku 5

- Podsumowanie do pytań na zielonym i na szarym polu znajdziesz odpowiednio poniżej na polach zielonych lub szarych.
- W zależności od liczby zaznaczonych odpowiedzi z „+”, każdy powinien przeczytać tylko dwa podsumowania: jedno swoje podsumowanie na polu zielonym i jedno podsumowanie na polu szarym.
- Zaznacz obydwa „swoje” pola z podsumowaniem (jedno pole zielone i jedno pole szare).

Od 0 do 5 odpowiedzi z „+”

Zdarza się Tobie nie pamiętać o wszystkim podczas przygotowań do wyjazdu. Poświęć trochę więcej uwagi i czasu, a będzie mniej kłopotów i niemiłych niespodzianek na miejscu. Z pewnością możesz liczyć na pomoc rodziny i znajomych. Pamiętaj, że bliscy martwią się o Ciebie, gdy ich nie informujesz długo o swojej sytuacji.

Jeśli zechcesz to potrafisz się przygotować do wyjazdu i zadbać o swój spokój podczas podróży. Poświęć temu więcej czasu niż zwykle. Nawet jeśli napotkasz na problem, to sobie z nim poradzisz samodzielnie lub z pomocą rodziny i znajomych z kraju.

Od 6 do 10 odpowiedzi z „+”

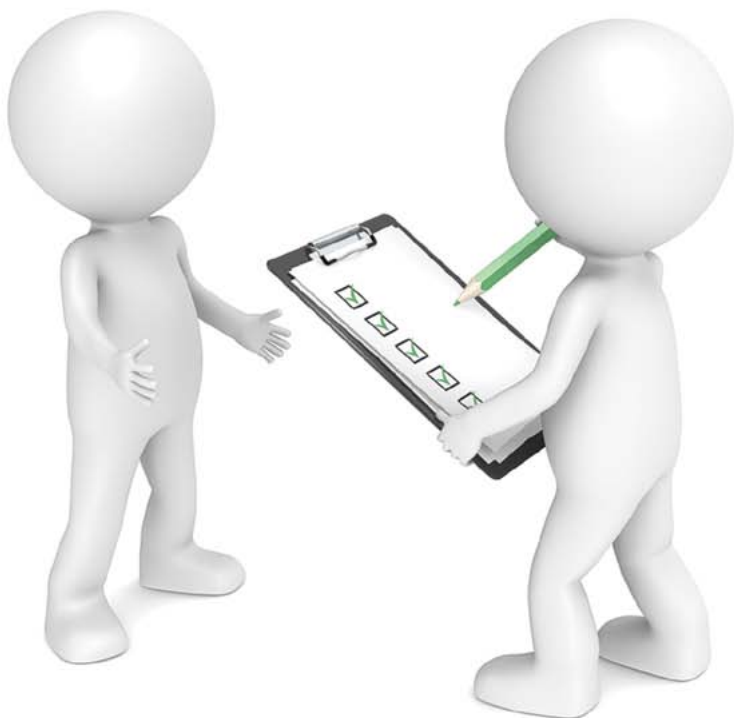
Raczej nic Ciebie nie zaskoczy podczas wyjazdu. Wiesz, jak należy się przygotować i jak uniknąć problemów. Nie musisz się denerwować przed wyjazdem, doskonale sobie poradzisz. Podtrzymuj nadal dobre kontakty z bliskimi w kraju.

Za bardzo chyba liczysz na swoje szczęście. Nie zawsze jednak wszystko odbywa się bez niespodzianek, a Ty nie masz planu awaryjnego. Możesz mieć kłopoty. Zadbaj przynajmniej o kontakt z bliskimi, którzy być może będą mogli Tobie wtedy pomóc.

Krok 6

Ważne sprawy - powrót

1. O czym trzeba pamiętać przed powrotem do Polski?
2. Jakie dokumenty trzeba zabrać po zakończeniu pracy?
3. Jakie sprawy należy załatwić po przyjeździe do Polski?



Przeczytaj poniższe zdania:
 zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
 lub
 zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

zawsze proszę o referencje po zakończeniu pracy	+	-
staram się oddawać mieszkanie w stanie nienaruszonym i odebrać cały depozyt	+	-
Pamiętam, aby uregulować przed wyjazdem wszystkie rachunki i zobowiązania	+	-
spisuję stany liczników przed wyjazdem	+	-
staram się mieć dużo czasu na przygotowanie powrotu do kraju	+	-
mam zebraną całą dokumentację dotyczącą swoich wynagrodzeń, składek i podatków	+	-
mam świadectwo pracy i formularz U1 potwierdzający okres pracy za granicą	+	-
Sprawdzę, czy opłaca się zamknąć konto bankowe czy nadal z niego korzystać po powrocie do kraju	+	-
wiem, że muszę zarejestrować w kraju samochód kupiony za granicą	+	-
popracuję jeszcze z pół roku i złożę wypowiedzenie, kiedy zechcę wracać	+	-
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Przeczytaj poniższe zdania:
zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
lub
zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

referencje nie są mi do niczego potrzebne	☐	☐
pracodawca obiecał, że świadectwo pracy otrzymam drogą pocztową	☐	☐
pracodawca kazał mi natychmiast wracać, nie nadaję się do pracy	☐	☐
wiem, co będę robić po powrocie do kraju	☐	☐
zostało mi kilka niezapłaconych rachunków	☐	☐
nie mam potwierdzenia moich dochodów i zapłaconych podatków	☐	☐
powrót mnie zaskoczył i nie było możliwe wcześniejsze wypowiedzenie umowy o pracę i najmu mieszkania	☐	☐
muszę płacić wysokie prowizje za utrzymywanie zagranicznego konta bankowego, z którego już nie korzystam	☐	☐
moje rozstania z pracodawcą zwykle nie odbywają się w miłej atmosferze	☐	☐
po powrocie będę odpoczywać do czasu, aż skończą mi się pieniądze	☐	☐
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Poniżej krótkie podsumowanie kroku 6

- Podsumowanie do pytań na zielonym i na szarym polu znajdziesz odpowiednio poniżej na polach zielonych lub szarych.
- W zależności od liczby zaznaczonych odpowiedzi z „+”, każdy powinien przeczytać tylko dwa podsumowania: jedno swoje podsumowanie na polu zielonym i jedno podsumowanie na polu szarym.
- Zaznacz obydwa „swoje” pola z podsumowaniem (jedno pole zielone i jedno pole szare).

Od 0 do 5 odpowiedzi z „+”

O kilku sprawach zdarza się Tobie zapomnieć. Być może jest to spowodowane pośpiechem. Spróbuj jednak zadbać o swoje sprawy, aby nie ponosić niepotrzebnych kosztów, a osiągnąć jak największe korzyści z pracy za granicą.

To normalne, że niektóre sytuacje mogą Ciebie zaskoczyć i wtedy nie możesz mieć do siebie pretensji, że czegoś nie zdążyś załatwić. Ale nawet wówczas nie możesz sobie pozwolić na zaniedbania. Im więcej spraw załatwisz przed powrotem tym mniej stresu w przyszłości.

Od 6 do 10 odpowiedzi z „+”

Kończąc pracę i pobyt za granicą pamiętasz o wielu sprawach. Wiesz, że nie należy zostawiać niezakończonych spraw, bo to może zwiastować kłopoty. Potrafisz udokumentować zdobyte doświadczenie zawodowe i staż pracy. Sprawy finansowe również są pod kontrolą.

Planowanie przyszłości nie jest Twoją najmocniejszą stroną. Nie dbasz zbyt wiele o swoje sprawy i pozostawiasz je samym sobie. Nieco więcej zainteresowania z Twojej strony pozwoliłoby Tobie na zaoszczędzenie nerwów i pieniędzy.

Krok 7

Kłopoty i problemy

1. Czy wiesz, jakie problemy mogą Ci się przydarzyć?
2. Czy znasz sposoby unikania kłopotów związanych z zatrudnieniem?
3. Czy wiesz, które sytuacje możesz uznać za niepokojące i co zmienić w pracy?
4. Czy wiesz, gdzie szukać pomocy?
5. Czy wiesz, jak postępować w nagłych przypadkach w pracy za granicą?



Przeczytaj poniższe zdania:
 zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
 lub
 zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

dokumentuję godziny swojej pracy w osobistym kalendarzu	+	-
gromadzę dokumenty potwierdzające moje zarobki i odprowadzane składki	+	-
Wiem, do kogo się zwrócić w przypadku kłopotów z pracodawcą	+	-
znam podstawowe instytucje zagraniczne, które mogą udzielić mi informacji i pomocy	+	-
nie boję się poinformować policji lub innych służb o naruszeniu prawa przez pracodawcę lub współpracowników	+	-
przestrzegam regulaminów i zasad bezpiecznej pracy u pracodawcy	+	-
zanim, coś podpiszę zawsze dokładnie czytam	+	-
w przypadku choroby korzystam z publicznej służby zdrowia	+	-
wiem, że moich praw muszę dochodzić jak najszybciej, jeszcze w kraju pracodawcy	+	-
wiem, że związki zawodowe często pomagają pracownikom	+	-
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Przeczytaj poniższe zdania:
 zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
 lub
 zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

jeśli coś mi się nie udaje, to po prostu pakuję swoje rzeczy i wracam	☐	☐
nie rozumiem rozliczenia wynagrodzenia, które dostaję co miesiąc od pracodawcy	☐	☐
swoich praw będę dochodzić po powrocie do kraju	☐	☐
nie wiem, co zrobić gdy ulegnę wypadkowi w pracy	☐	☐
nie potrafię udowodnić okresu zatrudnienia	☐	☐
nie rozumiem treści swojej umowy o pracę	☐	☐
nie wiem, ile dokładnie będę zarabiać na „rękę”	☐	☐
podpisuję każdy „papierek” bez czytania	☐	☐
zaginięły mi dokumenty potwierdzające opłacanie składek i podatków	☐	☐
nic nie rozumiem ze szkolenia nt. bezpieczeństwa w nowej pracy	☐	☐
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Poniżej krótkie podsumowanie kroku 7

- Podsumowanie do pytań na zielonym i na szarym polu znajdziesz odpowiednio poniżej na polach zielonych lub szarych.
- W zależności od liczby zaznaczonych odpowiedzi z „+”, każdy powinien przeczytać tylko dwa podsumowania: jedno swoje podsumowanie na polu zielonym i jedno podsumowanie na polu szarym.
- Zaznacz obydwa „swoje” pola z podsumowaniem (jedno pole zielone i jedno pole szare).

Od 0 do 5 odpowiedzi z „+”

Niby postępujesz rozważnie i ostrożnie, ale czasem masz pecha i kłopoty Tobie się trafiają. Może trzeba wcześniej przewidywać pewne sytuacje albo nie podejmować zbędnego ryzyka? Warto też częściej próbować dochodzić swoich praw i nie rezygnować zbyt szybko.

Półowa Twoich kłopotów wynika z tego, że w ogóle nie rozumiesz wielu dokumentów dotyczących Twojej pracy. Poproś kogoś o pomoc, aby Ci wytłumaczył główne zasady. Nie można być takim beztroskim, bo dochodzenie swoich spraw nie może czekać.

Od 6 do 10 odpowiedzi z „+”

Kłopoty raczej się Tobie nie zdarzają. To Twoja zasługa, bo wiesz, jak ich unikać i z góry im zapobiegasz. A jeśli nawet napotykasz na problemy, doskonale je rozwiązujesz.

Każdy kłopot i problem, który Cię spotyka to wynik Twojego braku zainteresowania. Nie można liczyć cały czas na swoje szczęście. Nie wszyscy wokół są zawsze do końca uczciwi i czasem trzeba zapobiegać, aby nie dopuszczać do trudnych sytuacji. Pora wziąć na siebie odpowiedzialność za swoje sprawy.

Krok 8

Praca

1. Czy znasz podstawowe przepisy prawa pracy?
2. Czy znasz prawa i obowiązki pracownika oraz pracodawcy?
3. Czy znasz stawki wynagrodzeń dla Twojego zawodu?
4. Czy w kraju, w którym chcesz pracować obowiązuje wynagrodzenie minimalne?
5. Czy wiesz, jakie są przyczyny wypowiedzenia umowy o pracę?
6. Czy wiesz, ile urlopu wypoczynkowego Ci się należy?



Przeczytaj poniższe zdania:
 zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
 lub
 zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

moje wynagrodzenie jest zgodne z obowiązującymi stawkami w kraju	+	-
wiem, jakie są różnice w prawie pracy w Polsce i w kraju pracodawcy	+	-
każdą nieobecność w pracy ustalę wcześniej z pracodawcą	+	-
za pracę w nadgodzinach, w dni świąteczne lub w nocy otrzymuję dodatkową zapłatę lub czas wolny	+	-
urlop mam zaplanowany i uzgodniony z pracodawcą	+	-
staram się o oficjalne uznanie moich kwalifikacji zawodowych, aby dostać podwyżkę	+	-
nie pozwolę, aby pracodawca zwolnił mnie z dnia na dzień bez powodu	+	-
zwolnienia lekarskie biorę rzadko, tylko gdy choruję	+	-
staram się utrzymywać dobre kontakty ze współpracownikami	+	-
z przyjemnością chodzę do pracy	+	-
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Przeczytaj poniższe zdania:
zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
lub
zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

nie wiem, ile urlopu mi przysługuje	+	-
pracuję dłużej niż zapisano w umowie bez dodatkowego wynagrodzenia lub czasu wolnego	+	-
nie widzę potrzeby oficjalnego uznawania kwalifikacji zawodowych	+	-
na urlop chodzę wtedy, kiedy ja chcę, a pracodawca musi się do tego dostosować	+	-
nie wiem czy moje wynagrodzenie jest odpowiednio wysokie	+	-
mój tygodniowy urlop w Polsce został przedłużony na skutek zwolnienia lekarskiego	+	-
nie wiem, jak złożyć wypowiedzenie	+	-
jak nie dostanę urlopu, to pójdę do lekarza po zwolnienie	+	-
pracodawca często grozi mi zwolnieniem z pracy	+	-
nie odpowiada mi atmosfera w pracy	+	-
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Poniżej krótkie podsumowanie kroku 8

- Podsumowanie do pytań na zielonym i na szarym polu znajdziesz odpowiednio poniżej na polach zielonych lub szarych.
- W zależności od liczby zaznaczonych odpowiedzi z „+”, każdy powinien przeczytać tylko dwa podsumowania:
jedno swoje podsumowanie na polu zielonym i jedno podsumowanie na polu szarym.
- Zaznacz obydwa „swoje” pola z podsumowaniem (jedno pole zielone i jedno pole szare).

Od 0 do 5 odpowiedzi z „+”

Konieczniesz musisz się podszkolić w zakresie prawa pracy. Przez Twoją nieznajomość przepisów pracodawca może bezkarnie nadużywać Twoich praw. Jednak i Ty musisz spełnić wymagania wobec pracodawcy. Możesz okazać się pracownikiem, na którym nie zawsze może on w pełni polegać.

Pomyśl, czy jeśli wymagasz od pracodawcy pełnego przestrzegania prawa, to czy Ty również zawsze jesteś wobec niego w porządku? Może powinniście częściej ze sobą rozmawiać o tym co wam przeszkadza we współpracy?

Od 6 do 10 odpowiedzi z „+”

Znasz swoje prawa i obowiązki jako pracownika. Wiesz również czego wymagać od pracodawcy, ale jednocześnie starasz się być lojalnym pracownikiem. Potrafisz zadbać o swoje prawa. Wiesz też, w jakich sytuacjach możesz albo musisz otrzymać wyższe wynagrodzenie.

Praca Ci nie odpowiada i często dajesz temu wyraz. Twój pracodawca nie zawsze przestrzega ustalonych zasad. Taka sytuacja nie wroży nic dobrego. Aby dochodzić swoich praw trzeba je koniecznie poznać. Postawa roszczeniowa musi być poparta konkretnym przepisem. Wcześniej czy później zakończysz pracę i nie będziesz jej mile wspominać.

Krok 9

„Papierki”

1. Czy wiesz, jakie dokumenty są niezbędne przy legalnej pracy?
2. Jakie dokumenty należy gromadzić w pracy?
3. Czy masz dokumenty uprawniające do korzystania z publicznej opieki zdrowotnej?
4. Czy wiesz, do jakich zasiłków masz prawo?
5. Czy wiesz z jakich dopłat możesz skorzystać?
6. Czy opłacane są Twoje składki na ubezpieczenie emerytalne?
7. Czy od Twojego wynagrodzenia są odprowadzane zaliczki na podatek dochodowy?
8. Czy wiesz, jak zalegalizować swój pobyt za granicą?



Przeczytaj poniższe zdania:
zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
lub
zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

mam umowę o pracę na piśmie	+	-
znam procedury i formalności, które trzeba załatwić zaraz po przyjeździe i podjęciu pracy	+	-
wiem, że mimo iż dzieci mieszkają nadal w Polsce to mogę się starać o zasiłek rodzinny za granicą	+	-
mój pobyt za granicą został zgłoszony w odpowiedniej instytucji	+	-
mam dokumentację i rachunki za udzieloną mi pomoc medyczną	+	-
mam wszystkie karty i numery rejestracyjne potrzebne w kraju pracodawcy	+	-
co miesiąc otrzymuję wyliczenie mojego wynagrodzenia, które analizuję i przechowuję z innymi dokumentami	+	-
aby nie popełnić błędu, korzystam z pomocy biura podatkowego	+	-
mam specjalną teczkę na dokumenty dotyczące pracy	+	-
dużo ciekawych informacji dotyczących pracy znajduje w Internecie na stronach	+	-
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Przeczytaj poniższe zdania:
 zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
 lub
 zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

nie wiem, w którym kraju mam się rozliczyć z podatku dochodowego	☐	☐
oddaje swoje dokumenty pracodawcy lub pośrednikowi, aby załatwiono za mnie wszelkie formalności	☐	☐
nie wiem czy mogę iść do lekarza w kraju pracodawcy	☐	☐
nie wiem nic o nowej pracy, na miejscu wszystkiego się dowiem	☐	☐
nie mam zamiaru nigdzie meldować swojego pobytu	☐	☐
ważne, że pracuję i dostaję pieniądze, a umowa nie jest mi potrzebna	☐	☐
uważam, że jak nie mam prawa do zasiłku rodzinnego w Polsce to za granicą też mi się nie należy	☐	☐
oficjalnie zarabiam mniej niż szef mi płaci w rzeczywistości	☐	☐
dokumenty przechowuję w różnych miejscach, często je gubię	☐	☐
nie znam się, ale nikomu nie zapłacę za pomoc w rozliczaniu podatków	☐	☐
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Poniżej krótkie podsumowanie kroku 9

- Podsumowanie do pytań na zielonym i na szarym polu znajdziesz odpowiednio poniżej na polach zielonych lub szarych.
- W zależności od liczby zaznaczonych odpowiedzi z „+”, każdy powinien przeczytać tylko dwa podsumowania:
jedno swoje podsumowanie na polu zielonym i jedno podsumowanie na polu szarym.
- Zaznacz obydwa „swoje” pola z podsumowaniem (jedno pole zielone i jedno pole szare).

Od 0 do 5 odpowiedzi z „+”

Bardzo ważne jest, aby dysponować odpowiednimi dokumentami o wynagrodzeniu, a Ty nie zawsze dbasz o sprawy formalne związane z pracą. Nie odkładaj załatwiania formalności na później. Wiele spraw należy załatwić w odpowiednich terminach. Inaczej możesz stracić swoje prawa lub narazić się na kary.

Nie możesz dawać się wykorzystywać, jeśli racja jest po Twojej stronie. Staraj się bardziej korzystać z tego co Tobie się słusznie należy. Trochę wysiłku z Twojej strony szybko przyniesie konkretne korzyści finansowe i pozwoli na uniknięcie problemów w przyszłości.

Od 6 do 10 odpowiedzi z „+”

Wiele wiesz o swoich prawach jako pracownika. Potrafisz zadbać o swoje dochody i bardzo pilnujesz tych spraw. Jeśli czegoś nie wiesz, to szukasz informacji u pracodawcy, a gdy nie masz pewności to zgłaszasz się do specjalistów. Nawet jeśli przytrafia się Tobie problem, to potrafisz go rozwiązać i łatwo udowodnić swoją rację.

Twoja beztroska jest zbyt duża i niemal pewne, że wcześniej czy później będziesz mieć kłopoty w pracy. Patrzysz tylko na bieżące korzyści, zupełnie zapominając o swojej przyszłości. A na Tobie ciąży odpowiedzialność za siebie i rodzinę.

Krok 10

Życie codzienne

1. Czy wiesz, gdzie będziesz mieszkać?
2. Jak dojedziesz do pracy?
3. Czy potrafisz przygotować sobie posiłki?
4. Jak zamierzasz spędzać czas wolny po pracy?
5. Czy znasz koszty i warunki życia w wybranym przez siebie kraju?



Przeczytaj poniższe zdania:
 zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
 lub
 zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

pracodawca pomógł mi w znalezieniu dobrego i taniego zakwaterowania	+	-
mieszkam niedaleko miejsca pracy	+	-
mogę korzystać z komunikacji zbiorowej	+	-
w pobliżu mieszka wielu Polaków, z którymi zamierzam utrzymywać kontakty	+	-
załoga w nowej pracy jest międzynarodowa i na pewno szybko się zintegrujemy	+	-
jest wielu przewoźników, którzy mogą mnie zawieźć do pracodawcy, a ceny są konkurencyjne	+	-
radzę sobie w kuchni z przygotowaniem ciepłych posiłków	+	-
lubię poznawać okolice, w których mieszkam	+	-
ceny podstawowych produktów nie są zbyt wysokie w stosunku do cen w Polsce	+	-
w czasie pobytu za granicą zamierzam cały czas uczyć się języka, najchętniej na kursie	+	-
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Przeczytaj poniższe zdania:
zaznacz znak „+” jeśli się z tym zgadzasz lub taka postawa pasuje do Ciebie
lub
zaznacz znak „-” jeśli się nie zgadzasz lub zachowujesz się inaczej

Zawsze zaznacz „+” lub „-”, nie zostawiaj pustych odpowiedzi!

mieszkam na uboczu, mam daleko do pracy, na przystanek i do sklepu	+	-
nie umiem w ogóle gotować	+	-
nie ma przewoźnika, który oferuje dojazd do miejscowości mojego pracodawcy	+	-
nie zamierzam uczyć się języka obcego na żadnym kursie	+	-
zaliczka za mieszkanie jest wymagana bez sprawdzania wcześniej warunków	+	-
do mojego mieszkania dokwaterowano inne osoby bez mojej zgody, a opłaty pozostały te same lub niewiele niższe	+	-
nie podoba mi się tutaj, tęsknię za domem	+	-
po pracy głównie śpię albo oglądam TV lub korzystam z internetu	+	-
czuję się obco, wśród współpracowników jest niewiele cudzoziemców, z którymi chcę się integrować	+	-
nie wiem, ile kosztują podstawowe produkty spożywcze w Polsce, a co dopiero za granicą	+	-
Podlicz i wpisz ilość zaznaczonych odpowiedzi:		



Poniżej krótkie podsumowanie kroku 10

- Podsumowanie do pytań na zielonym i na szarym polu znajdziesz odpowiednio poniżej na polach zielonych lub szarych.
- W zależności od liczby zaznaczonych odpowiedzi z „+”, każdy powinien przeczytać tylko dwa podsumowania: jedno swoje podsumowanie na polu zielonym i jedno podsumowanie na polu szarym.
- Zaznacz obydwa „swoje” pola z podsumowaniem (jedno pole zielone i jedno pole szare).

Od 0 do 5 odpowiedzi z „+”

Pojawilo się kilka obiektywnych problemów, ale zostały już pokonane. Twoje wysiłki powinny zmierzać do polepszenia swojej sytuacji w nowym miejscu. Spróbuj poznawać nowych znajomych i korzystać z ich doświadczeń.

Pewne sytuacje w miejscu Twojej nowej pracy nie są korzystne. Trochę wysiłku z Twojej strony pozwoli na ich zmianę. Może lepiej usytuowane mieszkanie? Wykorzystuj poznane osoby i słuchaj ich rad. Bądź otwarty na zmiany.

Od 6 do 10 odpowiedzi z „+”

Wszystko wskazuje na to, że Twoje życie codzienne za granicą będzie dosyć przyjemne. Wszystko dzięki pomocy pracodawcy, ale i Twoim decyzjom np. co do wyboru kraju docelowego. Rób wszystko, aby jak najszybciej się zintegrować w nowym środowisku.

Twoje nowe miejsce pracy i życie jest dla Ciebie tylko powodem do stresu. To była nieprzemyślana decyzja. Szansa, że coś się szybko poprawi są znikome. Chyba trzeba się rozglądać za innymi ofertami pracy i próbować polepszyć swoją sytuację w kraju.

Zakończenie

Za Tobą 10 kroków.

Niektóre były w przód – potwierdziły, że jest duże prawdopodobieństwo, że uda Ci się podjąć pracę za granicą i osiągnąć z niej zadowolenie.

Niestety były też kroki w tył – wskazaliśmy Tobie miejsca i sytuacje, w których być może warto zmienić swoją postawę, aby praca za granicą była dla Ciebie satysfakcjonująca.

Sprawdź teraz swój ogólny wynik.

Wpisz swoje odpowiedzi w poniższą tabelkę.

Uważnie przeczytaj instrukcje i podsumuj wyniki.

Przy odpowiednich krokach wpisz liczbę swoich odpowiedzi na polach zielonych		
	Liczba „+”	Liczba „-”
	(A)	(B)
Krok 1		
Krok 2		
Krok 3		
Krok 4		
Krok 5		
Krok 6		
Krok 7		
Krok 8		
Krok 9		
Krok 10		
SUMA		

Przy odpowiednich krokach wpisz liczbę swoich odpowiedzi na polach szarych

	Liczba „+”	Liczba „-”
	(C)	(D)
Krok 1		
Krok 2		
Krok 3		
Krok 4		
Krok 5		
Krok 6		
Krok 7		
Krok 8		
Krok 9		
Krok 10		
SUMA		

Uważnie przeczytaj instrukcje i podsumuj wyniki.

Dodaj liczbę „zielonych +” do liczby „szarych -” tj. dodaj (A) i (D).

SUMA (A) + + SUMA (D) - WYNIK to liczba Twoich KROKÓW W PRZÓD

Dodaj liczbę „zielonych -” do liczby „szarych +” tj. dodaj (B) i (C).

SUMA (B) + + SUMA (C) - WYNIK to liczba Twoich KROKÓW W TYŁ

Na końcu podjęliśmy próbę pokazania Ci, w którym miejscu jesteś i ile kroków musisz jeszcze wykonać, aby dojść do celu.

Musisz pamiętać, że osiągnięty wynik nie powinien być dla Ciebie jedyną przesłanką przy podejmowaniu jakichkolwiek decyzji i działań.

I jak? Jaki jest Twój wynik?

Czy masz więcej kroków w przód?

wpisz ilość:

Czy masz więcej kroków w tył?

wpisz ilość:

Jeśli masz więcej kroków w przód, to znaczy, że najprawdopodobniej masz duży potencjał, aby szybko znaleźć wymarzoną pracę za granicą. Znasz większość przepisów. Wiesz dużo o procedurach, prawach i obowiązkach. Raczej świetnie sobie poradzisz.

Jeśli masz więcej kroków w tył, to może oznaczać, że obecnie Twoje szanse na sukces i pracę za granicą nie są zbyt wysokie. Zastanów się czego naprawdę chcesz. Trzeba rozważyć, czy i jak podnosić swoje kwalifikacje językowe i zawodowe, znajomość zasad i przepisów – a to oznacza przynajmniej odłożenie wyjazdu w czasie.

Oczywiście broszura „10 kroków” nie jest profesjonalnym testem i na pewno nie wyczerpuje złożoności zagadnienia. Jest nam jednak miło, że pozwoliła Ci na szersze spojrzenie na temat pracy za granicą i skłoniła do refleksji.

Skorzystaj z pomocy doradców EURES. Pomożemy Ci znaleźć rozwiązania, rzetelne źródła informacji, darmowe oferty kursów itd. Wyjazd teraz to zbyt duże ryzyko dla Ciebie. Jeśli decyzja o wyjeździe jest nadal aktualna, to pora zacząć nad sobą intensywnie pracować.

A może bez względu na swój wynik, będziesz próbował pracy za granicą. Oczywiście to Twój wybór. My tylko wskazujemy Tobie instytucje pomocne.

Mamy nadzieję, że Twój czas został dobrze wykorzystany.

Jeśli dzięki tej broszurze pomogliśmy Ci, to jest nam niezmiernie miło.

Powodzenia i do zobaczenia

Wrocław



Magdalena Wieczorek
Doradca EURES
Tel. (71) 397 43 10
e-mail: magdalena.wieczorek@dwup.pl

Joanna Cecka
Doradca EURES
Tel. (71) 397 43 11
e-mail: joanna.cecka@dwup.pl

Marta Grochowska
Asystent EURES
Tel. (71) 397 43 33
e-mail: marta.grochowska@dwup.pl

Izabela Żuchowska
Asystent EURES
Tel. (71) 397 42 81
e-mail: izabela.zuchowska@dwup.pl

Kontakty do Kadry EURES

Wałbrzych



Marta Łyko
Doradca EURES
Tel. (74) 886 65 46
e-mail: marta.lyko@dwup.pl

Marta Kędzierska
Doradca EURES
Tel. (74) 886 65 62
e-mail: marta.kedzierska@dwup.pl

Legnica



Dagmara Wilczyńska
Doradca EURES
Tel. (76) 850 34 11
e-mail: dagmara.wilczynska@dwup.pl

Jelenia Góra



Małgorzata Kociuba
Doradca EURES
Tel. (75) 754 51 84
e-mail: malgorzata.kociuba@dwup.pl

Judyta Babiarsz
Doradca EURES
Tel. (75) 754 51 79
e-mail: judyta.babiarsz@dwup.pl



dwup.pl

DWUP

**Dolnośląski Wojewódzki
Urząd Pracy**

Wałbrzych, ul. Ogrodowa 5b

tel. 074 88-66-503

fax. 074 88-66-509

www.eures-triregio.eu

www.eures.dwup.pl



[facebook.com/Eures Dolny Śląsk](https://facebook.com/EuresDolnySlask)



„Niniejsza publikacja została współfinansowana z Programu Unii Europejskiej na Rzecz Zatrudnienia oraz Innowacji Społecznych (EaSI) 2014-2020.
W celu uzyskania szczegółowej informacji na temat Programu prosimy o zapoznanie się z informacją na stronie: <http://ec.europa.eu/social/easi>.”