

Mama z HR

— pomagam Mamom odnaleźć się na rynku pracy —

MAMA JAKO KANDYDATKA

Czyli szukanie pracy i macierzyństwo

15 grudnia 2020

POZNAJMY SIĘ



- ▶ Asia Gospodarczyk
- ▶ Psycholog, coach i doradca zawodowy
- ▶ HRka - Rekruter, Szkoleniowiec, HR Manager
- ▶ Przedsiębiorczyni wspierająca w zamianach zawodowych
- ▶ Mama rocznego już chłopca 😊 prowadząca bloga www.mamazhru.pl

A woman with dark curly hair and glasses, wearing a bright yellow long-sleeved top, is shown in a thoughtful pose with her hand on her chin. A speech bubble above her contains the text 'Czy ktoś mnie w ogóle zatrudni?!'. The background is a plain light grey wall. On the right side of the image, there is a decorative graphic consisting of overlapping blue and white geometric shapes.

Czy ktoś mnie w ogóle
zatrudni?!

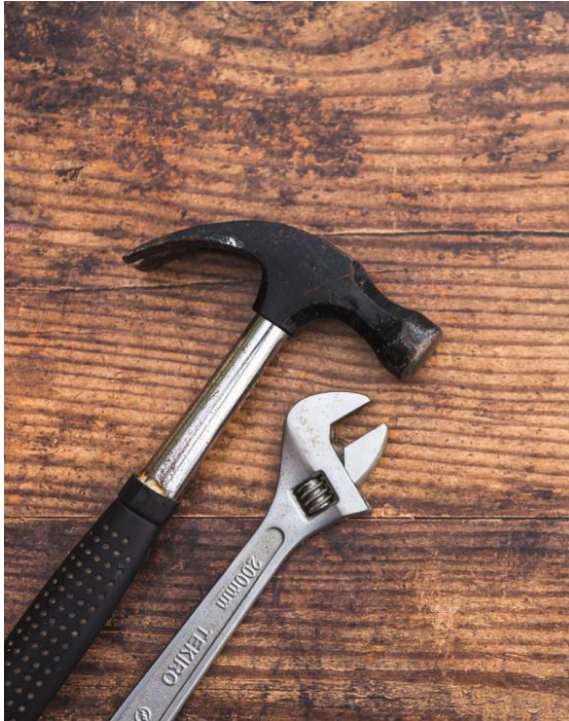
Czyli o naszych obawach i
ograniczających
przekonaniach...

Obawy / przekonania związane z szukaniem pracy

- ▶ Czy ktoś mnie zatrudni?
- ▶ Czy nie odrzucą mnie tylko z powodu tego, że jestem mamą?
- ▶ Czy jestem złą mamą, bo chcę pracować zawodowo?
- ▶ Czy mam jeszcze cokolwiek do zaoferowania? Przecież tak dawno nie pracowałam zawodowo!
- ▶ Czy ja jeszcze „potrafię pracować”? Czy mój mózg wróci do siebie po przerwie?



Rozprawmy się z tymi mitami...

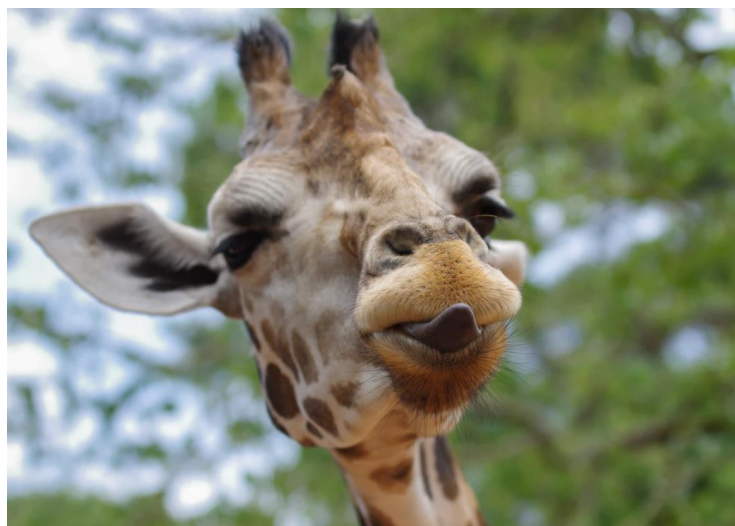



MAMA TO KANDYDATKA JAK KAŻDA INNA!

- ▶ Na zwolnienia można chodzić, nie mając dzieci...
- ▶ Pracodawca może się martwić, że „za chwilę” będziesz chciała zajść w ciążę, jeśli jeszcze nie masz dzieci!
- ▶ Można mieć pasję, która pochłania bardziej niż dziecko,
- ▶ Nie mając dzieci można częściej zmieniać pracę,
- ▶ Nie każdy pracownik, który nie ma dzieci chętnie zostaje na nadgodzinach...

Dlatego chcę Wam stanowczo
powiedzieć, że...

**PORÓWNYWANIE SIĘ Z INNYMI / ZWŁASZCZA
NIE-MAMAMI / NIE MA SENSU!**



A woman with dark curly hair and glasses, wearing a bright yellow long-sleeved top, is shown in a thinking pose with her hand on her chin. A speech bubble above her head contains the text. The background is a plain light grey wall, and the right side of the image features a decorative blue and white geometric pattern.

Jak Mama powinna
napisać swoje CV?

Tak, jak każda inna
kandydatka 😊

Co powinno się znaleźć w Twoim CV?

- ▶ Imię i nazwisko / dane kontaktowe
- ▶ Opis doświadczenia i historia zatrudnienia (od najbardziej aktualnych)
- ▶ Informacje o wykształceniu (jeśli skończyłaś studia, wystarczy wpisać szkołę wyższą, nie trzeba zamieszczać informacji o szkole średniej)
- ▶ Twoje umiejętności - znajomość języków, narzędzi, systemów,
- ▶ Klauzula RODO

Źródło CV: livecareer.pl



JULIA GAWĘDZIARZ

www.linkedin.com/in/julia-m-gawedziarz, MZ
123456789, 987654321
jm.gawedziarz@gmail.com

PODSUMOWANIE

Od ponad 1,5 roku pracuję jako **Specjalista ds. telefonicznej obsługi klienta** w firmie Orange, gdzie zajmuję się m.in. sprzedażą oraz doradztwem w zakresie produktów i usług. Przez ten czas **2-krotnie uzyskałam najlepszy miesięczny wynik sprzedaży** w zespole. **Chciałabym zdobyć doświadczenie w obsłudze anglojęzycznych klientów** w Państwie firmie.

DOŚWIADCZENIE

SPECJALISTA DS. TELEFONICZNEJ OBSŁUGI KLIENTA 06/2018 - obecnie
Orange, Warszawa

- Telefoniczna sprzedaż produktów i usług
- Przyjmowanie reklamacji (telefonicznie i mailowo)
- Bieżące doradztwo w zakresie produktów i usług
- Budowanie i utrzymywanie dobrych relacji z klientami

Dodatkowe obowiązki:

- Sporządzanie zestawień i raportów sprzedażowych

Osiągnięcia:

- 2-krotnie najlepszy wynik sprzedaży (styczeń i wrzesień 2019)

WYKSZTAŁCENIE

Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna, Łódź
Filologia angielska (zaoczne studia licencjackie)
Planowana data ukończenia: lipiec 2020.

UMIĘJĘTNOŚCI

Umiejętności specjalistyczne:

- Język angielski — poziom C1
- System CTI (obsługa baz danych) — poziom zaawansowany
- Excel, Word, PowerPoint — poziom średniozaawansowany

Umiejętności miękkie

- Przyjemny głos i bardzo dobra dykcja
- Zdolność w nawiązaniu i utrzymywaniu bliskich relacji z klientami
- Zdolność do jasnego i konkretnego sformułowania problemów
- Kreatywnie i samodzielnie rozwiązywanie problemów
- Umiejętność pracy pod presją czasu

ZAINTERESOWANIA

Wyróżniam się w szczególności w dziedzinie literatury i sci-fi (również w języku angielskim). W wolnym czasie lubię także oglądać filmy i seriale.

opcjonalnie

NIE ZAMIESZCZAMY

opcjonalnie

Jeśli miałaś przerwę zawodową, to...

- ▶ Zaczynij od przypomnienia sobie, co robiłaś przed przerwą macierzyńską!
- ▶ Oprócz poszczególnych zadań, wypisz swoje sukcesy / zrealizowane projekty
- ▶ Przypomnij sobie, co lubiłaś w poprzedniej pracy/pracach, za co byłaś chwalona i doceniana
- ▶ Wypisz swoje TWARDE umiejętności (znajomość, systemów, narzędzi, przepisów, technik, języków)



Czy wpisywać przerwę macierzyńską do swojego CV?


- ▶ **TAK**, jeśli obecnie nie jesteś nigdzie zatrudniona
- ▶ **NIE**, jeśli aktualnie posiadasz umowę z jakimś pracodawcą
- ▶ A co z poprzednimi przerwami macierzyńskimi (starsze dzieci)?



Dobre CV to takie, które...

- ▶ **JEST DOPASOWANE DO OFERTY PRACY!**
- ▶ Pokazuje Twoje atuty i przedstawia Cię jako profesjonalistkę
- ▶ Jest czytelne, estetyczne i wolne od błędów / literówek,
- ▶ Odpowiada na pytanie „Dlaczego powinniśmy zaprosić Cię na spotkanie?”



A woman with dark curly hair and glasses, wearing a bright yellow long-sleeved top, is shown in a thinking pose with her hand on her chin. A blue speech bubble is positioned above her head, containing the text 'Jak się przygotować do rozmowy kwalifikacyjnej?'. The background is a plain light grey wall. On the right side of the image, there is a decorative graphic consisting of overlapping geometric shapes in various shades of blue and white.

Jak się przygotować
do rozmowy
kwalifikacyjnej?

I czego się spodziewać w
jej trakcie?

Tematy, które pojawiają się zawsze:

- ▶ Motywacja do zmiany pracy / pracy w tej konkretnej firmie
- ▶ Wywiad biograficzny - przejście przez wcześniejsze zatrudnienia, omówienie poprzednich zakresów zadań
- ▶ Dopasowanie kompetencyjne do stanowiska
- ▶ Trudne doświadczenia / popełnione błędy / poniesione porażki / wyciągnięte lekcje
- ▶ Plany rozwojowe - quo vadis?
- ▶ Oczekiwania wobec firmy / szefa
- ▶ Oczekiwania finansowe



Obowiązkowe elementy do przygotowania:

- ▶ Charakterystyka firmy
- ▶ Opis stanowiska
- ▶ Trasa dojazdu / parking / kwestie techniczne
- ▶ Przygotowanie mentalne i odpowiedź na pytanie: „**DLACZEGO JESTEŚ DOBRĄ KANDYDATKĄ?**”



Pytania zakazane?

- ▶ Ile ma pani dzieci?
- ▶ Czy planuje pani więcej dzieci?
- ▶ Jak będzie pani sobie organizować odbieranie dziecka z przedszkola?
- ▶ Czy dziecko dużo choruje?
- ▶ Każde, które dotyczy poglądów politycznych, wyznania, orientacji seksualnej, itp.



Podsumowując: jako Mama-Kandydatka powinnaś:

- ▶ Napisać CV, które pokaże Cię jako dobrze dopasowaną kandydatkę,
- ▶ Pamiętać, że przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej jest NIEZBĘDNE!
- ▶ Koniecznie przemyśleć sobie wcześniej odpowiedzi na pytania, które na pewno się pojawią,
- ▶ Mówić prawdę,
- ▶ Pamiętać o celu - mówić o rzeczach, które pokazują Cię jako dobrą kandydatkę!
- ▶ Nie zrażać się niepowodzeniami 😊 Z każdym kolejnym razem idzie łatwiej!



Bonus!

Mam dla Ciebie specjalną cenę na pakiet nagrań z dotychczasowych webinarów!

59 zł za 3 szkolenia!

Kod rabatowy: NASTART

Cena regularna jednego szkolenia będzie wynosić 35 zł.

Promocja jest tylko dla osób zapisanych na webinar!

Trwa do wtorku, 22.12. do północy.

Zanim się pożegnamy... 😊

Zajrzyj na mój profil na [Instagramie](#) lub [Facebooku](#) i daj znać, jak Ci się podobało! 😊

Dziękuję!

