



---

## MITY O ZAWODACH I FORMACH ZATRUDNIENIA

# SPIS TREŚCI:

|   |           |
|---|-----------|
| <b>1. Mity dotyczące zawodów i form zatrudnienia .....</b>                | <b>3</b>  |
| 1. Wprowadzenie.....  | 3         |
| 1.1 Czym są mity dotyczące kariery i skąd się biorą? .....                | 3         |
| 1.2 Jak mity wpływają na decyzje zawodowe .....                           | 3         |
| 1.3 Znaczenie kwestionowania założeń .....                                | 3         |
| <b>2. Popularne mity na temat zawodów .....</b>                           | <b>4</b>  |
| <b>3. Popularne mity na temat form zatrudnienia .....</b>                 | <b>11</b> |
| <b>4. Jak rozpoznać mit: poszukiwanie głosów z branży zawodowej .....</b> | <b>15</b> |
| <b>5. Wnioski .....</b>   | <b>19</b> |
| <b>6. Bibliografia .....</b>  | <b>20</b> |

# WPROWADZENIE. DLACZEGO MITY SĄ WAŻNE

Myśląc o wyborze pracy lub ścieżki kariery, często wyobrażamy sobie to jako logiczny, stopniowy proces. Analizujemy swoje mocne strony, sprawdzamy dostępne zawody i podejmujemy mądrą decyzję. Ale w rzeczywistości na nasze wybory wpływa tak wiele czynników, których nawet nie zauważamy. Oczekiwania rodziny, to, co widzimy w mediach społecznościowych, to, co mówią nasi nauczyciele lub przyjaciele, a nawet programy telewizyjne i filmy – wszystko to może kształtować nasze wyobrażenia o różnych zawodach. Właśnie tutaj pojawiają się mity zawodowe.

## 1.1 Czym są mity dotyczące kariery i skąd się biorą?

Mity dotyczące kariery są powszechne, ale często fałszywe i dotyczą pracy, karier czy funkcjonowania świata pracy. Mity te są przekazywane z pokolenia na pokolenie, w mediach społecznościowych, w systemie szkolnym lub po prostu poprzez powtarzanie tego, co „wszyscy wiedzą”. Niektóre z nich mogą brzmieć znajomo:

- „Aby odnieść sukces, musisz iść na uniwersytet”.
- „Praca kreatywna nie przynosi wynagrodzenia”.
- „Gdy już wybierzesz karierę, wiążesz się z nią do końca życia”.
- „Praca zdalna jest przeznaczona wyłącznie dla osób zajmujących się technologią”.
- „Jeśli robisz to, co kochasz, nie będziesz musiał pracować ani jednego dnia w swoim życiu”.

Choć w niektórych z tych idei może być ziarno prawdy, ślepe wierzenie w nie może w rzeczywistości ograniczyć Twoje możliwości. Mity te często opierają się na przestarzałych poglądach lub uproszczonych wersjach rzeczywistości, które nie odzwierciedlają dzisiejszego rynku pracy.

## 1.2 Jak mity wpływają na decyzje zawodowe

Mity kształtują to, jak postrzegamy siebie i innych. Jeśli na przykład uważasz, że zawody takie jak hydraulika czy stolarz są „mniej szanowane” niż praca biurowa, możesz przegapić wspaniałą ścieżkę kariery, która odpowiada Twoim zainteresowaniom i mocnym stronom. Jeśli usłyszysz, że „wszyscy artyści głodują”, możesz nawet nie pomyśleć o nauce sztuki – nawet jeśli kochałbyś ją i był w niej świetny.

## 1.3 Znaczenie kwestionowania założeń

W dzisiejszym dynamicznie zmieniającym się świecie, w którym co roku pojawiają się nowe stanowiska, modele pracy i technologie, kwestionowanie założeń, z którymi dorastamy, jest ważniejsze niż kiedykolwiek. Umiejętność rozpoznawania i podważania powszechnych mitów zawodowych to cenna umiejętność. Pomaga podejmować bardziej świadome decyzje, odkrywać możliwości, o których istnieniu mogłeś nie wiedzieć, i czuć się pewniej, wybierając ścieżkę, która naprawdę Ci odpowiada.

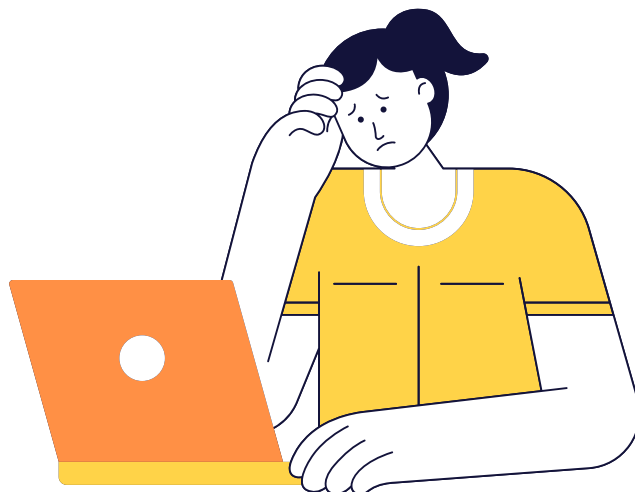
W tym module omówimy niektóre z najpowszechniejszych mitów na temat zawodów i rodzajów zatrudnienia. Możesz być zaskoczony, jak wiele z nich słyszałeś, a nawet w nie wierzyłeś. Celem nie jest mówienie Ci, co masz robić, ale danie Ci narzędzi do krytycznego myślenia i podejmowania decyzji, które naprawdę Ci odpowiadają.

## POPULARNE MITY NA TEMAT ZAWODÓW

Kiedy dopiero zaczynasz myśleć o swojej przyszłej karierze, zupełnie naturalne jest odczuwanie niepewności, a jeszcze łatwiej jest polegać na tym, co usłyszałeś od innych. Przyjaciele, rodzina, media, a nawet media społecznościowe często dzielą się silnymi opiniami na temat niektórych zawodów. Mogą one dotyczyć tego, które kariery są „bezpieczne”, które przynoszą największe zyski, a które są uważane za „udane” lub „prestiżowe”. Z czasem te wyobrażenia mogą przekształcić się w stereotypy lub mity, które kształtują sposób, w jaki postrzegamy różne zawody.

Nie wszystko, co słyszysz, jest prawdą. W rzeczywistości wiele z tych założeń jest przestarzałych, nadmiernie uproszczonych lub po prostu błędnych. Wiara w nie bezkrytycznie może prowadzić do przegapienia szans, niedoceny własnego potencjału lub obrania ścieżki, która tak naprawdę do Ciebie nie pasuje.

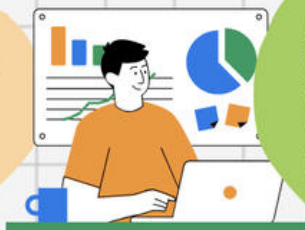
Dlatego tak ważne jest, aby się zatrzymać i przyjrzeć bliżej. Rozprawiając się z niektórymi z najczęstszych mitów na temat kariery, możemy lepiej zrozumieć, jak naprawdę wyglądają różne rodzaje pracy i podejmować mądrzejsze, bardziej autentyczne decyzje dotyczące naszej przyszłości.



# PRACA MITY KONTRA RZECZYWISTOŚĆ



„Praca biurowa jest nudna i powtarzalna.”



Wiele stanowisk biurowych wymaga pracy zespołowej, kreatywności, rozwiązywania problemów i możliwości rozwoju, a nawet pracy zdalnej i elastycznej.



„Praca kreatywna jest niestabilna i słabo płatna.”



Posiadając umiejętności cyfrowe i dobre portfolio, osoby kreatywne mogą osiągać dobre wyniki w różnych obszarach kreatywnych, nawet poza sektorami projektowania, mediów, UX i technologii.



„Zawody zawodowe są dla ludzi, którzy nie chodzą do szkoły”.



Zawody rzemieślnicze wymagają umiejętności technicznych, szkolenia i precyzji. Często oferują stabilną, dobrze płatną karierę.



„Aby pracować w służbie zdrowia, trzeba być lekarzem lub pielęgniarką.”



Branża medyczna obejmuje stanowiska w takich obszarach jak technologia, terapia, praca laboratoryjna, zdrowie psychiczne i wiele innych. Wiele z nich nie wymaga ukończenia studiów medycznych.



„Aby założyć firmę, trzeba być bogatym lub mieć szczęście”.



Wielu przedsiębiorców zaczyna od małych przedsięwzięć z ograniczonymi środkami. Sukces bierze się z wytrwałości, planowania i nauki.



Co-funded by  
the European Union

Współfinansowane przez Unię Europejską. Wyrażone poglądy i opinie są jednak poglądami i opiniami wyłącznie autora/autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy Unii Europejskiej ani Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA) oraz Fundacji Rozwoju Systemu Edukacji. Ani Unia Europejska, ani EACEA, ani FRSE nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

## Praca biurowa

Mit: „Praca biurowa jest nudna i mechaniczna”.

Rzeczywistość: To prawda, że niektóre prace biurowe obejmują rutynowe zadania, zwłaszcza na poziomie podstawowym. Jednak większość stanowisk biurowych oferuje znacznie więcej niż tylko pisanie na klawiaturze i wypełnianie dokumentów. Wiele stanowisk wymaga krytycznego myślenia, współpracy, planowania i komunikacji. W zależności od branży możesz pomagać w zarządzaniu projektami, rozwiązywać problemy klientów, tworzyć raporty lub opracowywać pomysły marketingowe. Praca biurowa może również zapewnić jasną ścieżkę rozwoju zawodowego, możliwości specjalizacji i ustrukturyzowane środowisko pracy, które niektórzy preferują. Co więcej, wraz ze wzrostem liczby firm oferujących elastyczne harmonogramy i pracę zdalną, dzisiejsze stanowiska biurowe mogą znacznie różnić się od stereotypu pracy od 9 do 17.

## Kariery kreatywne

Mit: „Praca kreatywna nie jest dobrze płatna i jest po prostu hobby”.

Rzeczywistość: Praca twórcza jest często niedoceniana, ponieważ postrzega się ją jako „zabawę” lub „po prostu artystyczną”, ale w rzeczywistości stanowi ona potężny element współczesnej gospodarki. Kariery w takich dziedzinach jak projektowanie graficzne, animacja, projektowanie gier, UX/UI, moda, branding i tworzenie treści cieszą się dużym zainteresowaniem, zwłaszcza jeśli potrafisz połączyć kreatywność z umiejętnościami technicznymi.

Te stanowiska mogą być konkurencyjne, a wielu kreatywnych zaczyna od freelancingu lub łączenia projektów z pracą na pół etatu. Jednak dzięki bogatemu portfolio, sieciom kontaktów i wytrwałości, kreatywni profesjonaliści mogą dobrze zarabiać i współpracować z ciekawymi klientami lub firmami. Nie zawsze jest to łatwa droga, ale może być bardzo satysfakcjonująca.



Rysunek 2. Projektant mody, Pexels

## Twórcy treści cyfrowych

Mit: „Bycie twórcą treści nie jest prawdziwą pracą”.

Rzeczywistość: Ten stereotyp ignoruje, jak ważne stało się dziś cyfrowe opowiadanie historii. Dzisiejsi twórcy treści, tacy jak copywriterzy, menedżerowie mediów społecznościowych, montażyści wideo, podcasterzy, influencerzy i youtuberzy, napędzają komunikację, kształtują trendy i budują społeczności online w różnych branżach.

Za każdym viralowym postem lub kampanią kryje się strategia, kreatywność, analityka i konsekwencja. Role te wymagają połączenia umiejętności pisania, myślenia projektowego, wglądu w marketing i kompetencji cyfrowych. Twórcy, którzy odnoszą sukcesy, rozumieją odbiorców, wykorzystują dane do udoskonalania pomysłów i stale dostosowują się do nowych platform i narzędzi.

Od niezależnych twórców po twórców historii marek, specjaliści od treści cyfrowych odgrywają kluczową rolę w sposobie, w jaki dzielimy się informacjami, kulturą i ideami we współczesnym świecie. To kreatywna praca z siłą oddziaływania.

## Wykwalifikowani fachowcy

Mit: „Wymiany są dla ludzi, którzy słabo radzą sobie w szkole”.

Rzeczywistość: Ten mit niesłusznie pomija inteligencję, przeszkolenie i umiejętności wymagane do pracy w zawodzie. Zawody takie jak elektryk, mechanik, spawacz czy hydraulik wymagają wiedzy technicznej, znajomości procedur bezpieczeństwa oraz umiejętności rozwiązywania problemów i adaptacji do różnych sytuacji.

Wiele osób w zawodzie rzemieślniczym kończy praktyki lub szkolenia zawodowe i często zaczyna zarabiać pieniądze już w trakcie nauki. Kariery te mogą również zapewnić stabilność finansową, niezależność, a nawet możliwość założenia własnej firmy. Dla osób, które lubią pracę fizyczną i rozwiązywanie rzeczywistych problemów, zawód rzemieślniczy to mądra i ceniona ścieżka kariery.



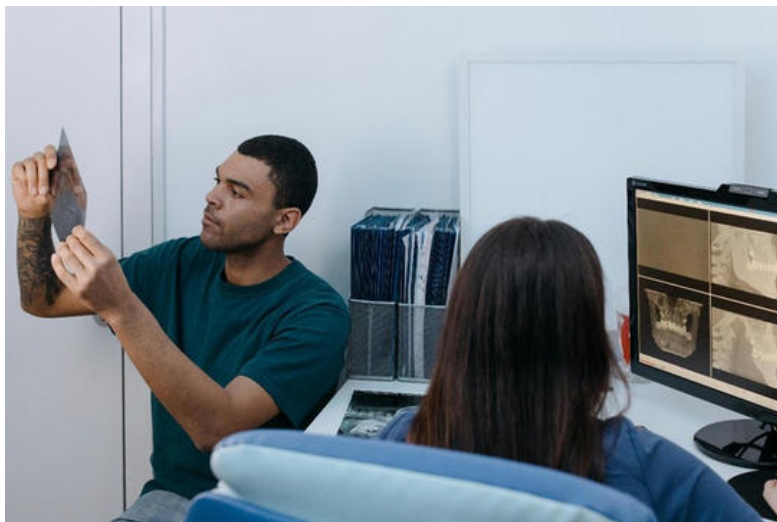
Rysunek 3. Mechanik, Pexels

## Zdrowie i medycyna

Mit: „Jeśli pracujesz w ochronie zdrowia, musisz być lekarzem lub pielęgniarką”.

Rzeczywistość: Sektor opieki zdrowotnej obejmuje setki stanowisk, z których wiele nie wiąże się z bezpośrednią opieką nad pacjentem ani z dziesięcioletnim stażem. Możesz pracować jako technik medyczny, asystent radiologii, analityk laboratoryjny, specjalista ds. zdrowia psychicznego, dietetyk lub w administracji służby zdrowia.

Istnieją również stanowiska w służbie zdrowia, które koncentrują się na edukacji publicznej, profilaktyce i rzecznictwie – idealne dla osób, którym zależy na zdrowiu, ale które preferują pracę w placówkach wsparcia lub w systemach opieki zdrowotnej zamiast w szpitalach. Kariery w służbie zdrowia są szczególnie wartościowe, ponieważ mają bezpośredni wpływ na życie ludzi, a wiele z nich oferuje stabilność i dynamiczny rozwój zawodowy.



Rysunek 4 Dziedzina medycyny, radiologia, pexels

## Akademia i edukacja

Mit: „Nauczanie jest łatwe, po prostu powtarzasz to samo co roku”.

Rzeczywistość: Zapytaj dowolnego nauczyciela, a odpowie ci: każda klasa jest inna, każdy rok przynosi nowe wyzwania, a edukacja jest daleka od powtarzalności. Nauczyciele muszą zarządzać klasami, projektować lekcje, wspierać zróżnicowane potrzeby edukacyjne, dostosowywać się do nowych technologii, a często robią to wszystko przy ograniczonych zasobach. Poza nauczaniem w klasie, sektor edukacji obejmuje doradców, ekspertów ds. edukacji specjalnej, projektantów programów nauczania, bibliotekarzy, badaczy edukacyjnych i wielu innych. Jeśli lubisz wyjaśniać, pracować z ludźmi lub uczyć się przez całe życie, edukacja może być satysfakcjonującą i inspirującą karierą.

## **Sektor publiczny i organizacje pozarządowe**

Mit: „Nie możesz nic zmienić, jeśli nie pracujesz w polityce lub dużych organizacjach pozarządowych”.

Rzeczywistość: Nie wszystkie wpływy mają miejsce na arenie międzynarodowej ani w biurach wysokiego szczebla. Wiele osób ma ogromny wpływ poprzez samorządy lokalne, małe organizacje społeczne, szkoły, centra młodzieżowe i grupy wsparcia. Role te często wiążą się z bezpośrednią pracą z ludźmi, rozwiązywaniem rzeczywistych problemów i wpływaniem na politykę od podstaw. Niezależnie od tego, czy organizujesz lokalną kampanię, wspierasz młodych ludzi poprzez organizację charytatywną, czy pomagasz w ulepszaniu usług w swoim mieście, sektor publiczny i non-profit oferują wartościową pracę i potrzebują pełnych pasji, zaangażowanych społecznie osób.

Nie musisz być politykiem ani ekspertem od polityki, żeby coś zmienić. Wystarczy, że się tym zainteresujesz, będziesz działać i wniesiesz swój wkład.

### **Nauka i badania**

Mit: „Nauka jest tylko dla ludzi, którzy chcą wiecznie pracować w laboratoriach”.

Rzeczywistość: Kiedy ludzie myślą o karierze naukowej, często wyobrażają sobie kogoś w białym fartuchu, wykonującego eksperymenty całymi dniami. Ale nauka jest o wiele szersza. Możesz pracować w komunikacji naukowej (np. pisząc artykuły lub kręcąc filmy), polityce naukowej (pomagając rządowi podejmować świadome decyzje), w startupach technologicznych, w analizie danych medycznych, w rozwoju produktów, a nawet w edukacji muzealnej.

Jeśli uwielbiasz zadawać pytania, rozwiązywać problemy i rozumieć, jak działają rzeczy, jest dla Ciebie miejsce w nauce, nawet jeśli nigdy więcej nie wejdiesz do laboratorium. Współczesna nauka opiera się na ciekawości, kreatywności i współpracy, a jest wykorzystywana w wielu branżach – od an

### **Praca międzynarodowa**

Mit: „Aby pracować za granicą, musisz biegle władać pięcioma językami”.

Rzeczywistość: Chociaż znajomość języków obcych jest pomocną, nie jest jedyną rzeczą, która się liczy. Wiele międzynarodowych stanowisk (zwłaszcza w dużych organizacjach lub firmach globalnych) jest prowadzonych głównie w języku angielskim lub oferuje szkolenia językowe po zatrudnieniu. Ważniejsze jest wykazanie się elastycznością, otwartością na nowe kultury i chęcią uczenia się. Praca za granicą może również oznaczać zdalną współpracę z globalnymi zespołami lub udział w programach wymiany, stażach lub organizacjach pozarządowych wspierających pracę międzynarodową. Pracodawcy często szukają wrażliwości kulturowej, umiejętności rozwiązywania problemów i odporności – umiejętności, które można rozwijać poprzez podróże, wolontariat lub zaangażowanie społeczne.

## **Kariera w branży ekologicznej i ekologicznej**

Mit: „W sektorze zrównoważonego rozwoju nie ma pracy”.

Zrównoważony rozwój to jeden z najszybciej rozwijających się sektorów na świecie. Zielone miejsca pracy istnieją w takich obszarach jak urbanistyka, energia odnawialna, rolnictwo, prawo ochrony środowiska, zrównoważona moda, gospodarka odpadami, ochrona środowiska, edukacja i społeczna odpowiedzialność biznesu.

Coraz więcej firm zatrudnia specjalistów ds. zrównoważonego rozwoju lub tworzy stanowiska, które mają na celu zmniejszenie śladu węglowego. Jednocześnie organizacje pozarządowe, instytucje publiczne i startupy pracują nad rozwiązaniami klimatycznymi, czystą energią i ekoinnowacjami. Jeśli pasjonujesz się planetą, istnieje wiele sposobów, aby się zaangażować. Nie musisz być naukowcem, możesz być projektantem, komunikatorem, przedsiębiorcą, inżynierem lub edukatorem pracującym na rzecz bardziej zielonej przyszłości.

## **Kariery w branży technologicznej i cyfrowej**

Mit: „Aby pracować w branży technologicznej, trzeba być geniuszem matematyki lub utalentowanym informatykiem”.

Rzeczywistość: Ten stereotyp powstrzymuje wiele kreatywnych i zdolnych osób przed zgłębianiem technologii. Większość karier w branży technologicznej opiera się w równym stopniu na rozwiązywaniu problemów, współpracy i ciekawości, co na wiedzy technicznej. Wielu specjalistów przechodzi do branży technologicznej z innych dziedzin, takich jak projektowanie, komunikacja, sztuka i nauki społeczne.

Nowoczesne role technologiczne, takie jak projektowanie UX (UX), zarządzanie projektami, marketing cyfrowy i strategia content marketingowa, łączą kreatywność z technologią. Nawet programowania i analizy danych można nauczyć się krok po kroku, korzystając z dostępnych zasobów online, mentoringu i praktycznego doświadczenia.

Świat technologii opiera się na zróżnicowanych zestawach umiejętności. Nie musisz być „geniuszem technologii”, żeby się w nim odnaleźć,

→ **Pamiętaj:** Każda praca ma swoje wyzwania i może dawać satysfakcję. Najważniejsze jest znalezienie czegoś, co odpowiada Twoim wartościom, mocnym stronom i zainteresowaniom.

# POPULARNE MITY NA TEMAT FORM ZATRUDNIENIA

Nie wszystkie prace wyglądają tak samo i zdecydowanie nie opierają się już na modelu „jeden rozmiar dla wszystkich”. W dzisiejszym, szybko zmieniającym się świecie zatrudnienie przybiera wiele form: tradycyjne etaty, zlecenia w niepełnym wymiarze godzin, praca na zlecenie lub kontrakt, praca zdalna, zlecenia projektowe, praca sezonowa, a nawet możliwości, które ludzie sami sobie stwarzają poprzez przedsiębiorczość lub tworzenie treści. Ta różnorodność oferuje elastyczność, swobodę i szansę na zbudowanie kariery, która idealnie pasuje do Twojego stylu życia i celów.

Jednak przy tak wielu opcjach łatwo poczuć się przytłoczonym lub niepewnym. Wiele osób trzyma się tego, co wie lub co wydaje im się, że wie, opierając się na przestarzałych poradach lub założeniach. Na przykład niektórzy uważają, że praca na własny rachunek nie jest „prawdziwym” zatrudnieniem, a praca zdalna nie jest tak poważna, jak praca w biurze. Inni mogą zakładać, że założenie własnej firmy to jedyny sposób na „sukces”.

Tego rodzaju mity mogą powstrzymać Cię przed odkrywaniem ścieżek, które mogłyby być dla Ciebie idealne. Dlatego ważne jest, aby podważyć te założenia i zrozumieć pełny obraz sytuacji. Przyjrzyjmy się bliżej niektórym z najczęstszych błędnych przekonań na temat różnych rodzajów pracy i odkryjmy prawdę, która się za nimi kryje.

## Praca na pełen etat

Mit: „Praca na pełen etat to jedyna „prawdziwa” praca”. Rzeczywistość: Praca na pełen etat była tradycyjnie postrzegana jako złoty standard: stabilne godziny pracy, przewidywalne dochody, świadczenia ustawowe i określona struktura. Choć są to niewątpliwe zalety, nie oznacza to, że praca na pełen etat jest jedyną słuszną lub godną szacunku ścieżką kariery.

Wiele branż opiera się dziś na freelancerach, kontraktach, zespołach projektowych lub pracownikach zatrudnionych w niepełnym wymiarze godzin. To, co czyni pracę „prawdziwą”, to nie liczba godzin, ale umiejętności, które wykorzystujesz, wartość, którą wnosisz, i zdobyta wiedza. Dla niektórych praca na pełen etat zapewnia bezpieczeństwo i długoterminowy rozwój; dla innych może wydawać się zbyt sztywna lub ograniczająca.

→ **Pamiętaj:** Praca na pełen etat może być świetna, ale nie jest jedyną „prawdziwą” pracą. W rzeczywistości praca na pół etatu może być najlepszym wyborem dla młodej osoby, która chce połączyć pracę z nauką.

## Freelancing i praca dorywcza

Mit: „Freelancing to coś, co ludzie robią, dopóki nie znajdą porządnej pracy”.

Rzeczywistość: Praca freelancera, czyli oferowanie usług w ramach projektu lub stawki godzinowej, stała się poważnym i zrównoważonym wyborem kariery dla milionów ludzi na całym świecie. Od grafików i tłumaczy, przez fotografów, pisarzy, asystentów wirtualnych, po twórców stron internetowych – freelancerzy stanowią istotną część dzisiejszej siły roboczej.

Owszem, wymaga samodyscypliny, zarządzania czasem i umiejętności pozyskiwania klientów. Ale oferuje również swobodę, różnorodność i kontrolę nad harmonogramem i obciążeniem pracą. Wybierasz projekty, które akceptujesz, ustalasz stawki i budujesz swoją reputację z czasem.

Dzięki platformom takim jak Upwork, Fiverr, Behance i LinkedIn coraz więcej młodych profesjonalistów wchodzi w świat freelancerów zaraz po szkole lub łączy pracę freelancera ze studiami lub obowiązkami opiekuńczymi.

→ Pamiętaj: Freelancing to nie tylko plan awaryjny. Dla wielu to elastyczna i satysfakcjonująca ścieżka kariery.

## Przedsiębiorczość

Mit: „Musisz być bogaty, mieć szczęście lub być geniuszem, żeby założyć własny biznes”.

Rzeczywistość: Chociaż założenie firmy wiąże się z ryzykiem, nie potrzebujesz imperium technologicznego ani ogromnego finansowania, aby zostać przedsiębiorcą. W rzeczywistości wielu młodych ludzi zakłada firmy z niewielkim kapitałem lub bez niego, oferując usługi cyfrowe, korepetycje, wyroby rękodzielnicze, organizację wydarzeń lub lokalną dostawę.

Bycie przedsiębiorcą oznacza dostrzeganie potrzeby i staranie się ją zaspokoić w sposób, który odpowiada potrzebom Twojej społeczności. Może to być coś tak małego, jak sprzedaż sztuki online czy założenie bloga kulinarnego, albo tak dużego, jak założenie przedsiębiorstwa społecznego zajmującego się zmianami klimatu lub bezrobociem wśród młodzieży.

Najważniejsze są kreatywność, zaangażowanie i odwaga, by próbować. Wiele miast, szkół i organizacji pozarządowych oferuje inkubatory startupów, granty lub bezpłatne kursy, które pomagają młodym przedsiębiorcom w rozpoczęciu działalności.

→ Pamiętaj: Nie musisz czekać na pozwolenie, żeby zacząć. Przedsiębiorczość jest dla każdego, kto ma pomysł i chęć do jego realizacji.

## Praca zdalna

Mit: „Praca w domu nie jest prawdziwą pracą, po prostu siedzisz cały dzień”.

Rzeczywistość: Praca zdalna stała się powszechna, zwłaszcza po pandemii COVID-19. Wiele firm pozwala obecnie pracownikom pracować zdalnie, w pełnym wymiarze godzin lub w trybie hybrydowym. Choć zapewnia to elastyczność i komfort, wymaga również skupienia, umiejętności komunikacji cyfrowej i samomotywacji.

Pracownicy zdalni muszą wykonywać zadania bez stałego nadzoru, być zorganizowani w różnych strefach czasowych i uczestniczyć w spotkaniach online. Role w branży technologicznej, obsłudze klienta, tworzeniu treści, marketingu i edukacji są szczególnie odpowiednie do pracy zdalnej.

Nie zawsze jest łatwo. Rozproszenie uwagi, samotność i zatarte granice między życiem zawodowym a prywatnym mogą stanowić prawdziwe wyzwanie. Jednak praca zdalna daje również dostęp do globalnych miejsc pracy, krótszy czas dojazdów i możliwość mieszkania tam, gdzie chcesz.

→ **Pamiętaj:** praca zdalna jest realna, wymagająca, coraz bardziej powszechna i nic nie wskazuje na to, że zniknie.

Więcej informacji na temat pracy zdalnej znajdziesz w następnej sekcji, która skupia się wyłącznie na nowych technologiach w miejscu pracy.

## Wolontariat i staże

Mit: „Wolontariat i staże to strata czasu, jeśli nie otrzymujesz za nie wynagrodzenia”.

Rzeczywistość: Chociaż słusznie jest oczekiwać uczciwego wynagrodzenia za swój czas i pracę, nie każde cenne doświadczenie wiąże się z pieniędzmi, zwłaszcza na początku kariery.

Wolontariat i staże mogą Ci pomóc:

- Zdobądź praktyczne umiejętności
- Zbuduj sieć
- Odkryj, jaki rodzaj pracy sprawia Ci przyjemność
- Dodaj do swojego CV solidne doświadczenie
- Eksperymentuj z zupełnie różnymi rolami i branżami

Wiele dzisiejszych staży wiąże się z wynagrodzeniem, a coraz więcej organizacji dostrzega potrzebę sprawiedliwego dostępu. Wolontariat może również pokazać przyszłemu pracodawcom, że jesteś proaktywny, zaangażowany społecznie i potrafisz się zaangażować.

Niezależnie od tego, czy pomagasz na festiwalu, pomagasz w projekcie badawczym czy pracujesz jako wolontariusz w ośrodku młodzieżowym, takie doświadczenia budują prawdziwą pewność siebie i więzi.

## Inne formy: Praca na część etatu, Praca sezonowa, Praca tymczasowa, Praca hybrydowa

Mit: „Jeśli nie jest to stała, pełnoetatowa praca, nie jest wiele warta”.

Rzeczywistość: Wiele osób buduje karierę, łącząc różne formy pracy, stanowiska w niepełnym wymiarze godzin, dorywcze prace sezonowe, projekty kontraktowe lub hybrydowe (część dni zdalnie, część w biurze). Takie rozwiązania mogą zapewnić większą swobodę, równowagę i różnorodność, zwłaszcza jeśli studiujesz, opiekujesz się dzieckiem lub dopiero zaczynasz.

Praca sezonowa (np. w turystyce, handlu detalicznym czy rolnictwie) może zapewnić dochód i przygodę. Krótkoterminowe kontrakty pozwalają na rozpoczęcie kariery w firmie. Praca hybrydowa pozwala pozostać w kontakcie bez konieczności codziennego dojeżdżania do pracy.

- Każda forma pracy ma wartość i uczy czegoś nowego. Najważniejsze jest to, jak podchodzisz do danej okazji, wyciągasz z niej wnioski i wykorzystujesz ją, aby iść naprzód.

→ **Pamiętaj:** Jest wiele dobrych ścieżek, wypróbuj różne i znajdź tę, która najbardziej Ci odpowiada.



# JAK ROZPOZNAĆ MIT: POSZUKIWANIE GŁOSÓW Z BRANŻY

Jeśli chodzi o wybór kariery, jesteśmy otoczeni opiniami, niektórymi pomocnymi, a niektórymi mniej. Niezależnie od tego, czy jest to coś, o czym nauczyciel wspomina mimochodem, komentarz członka rodziny, czy trend na TikToku, który twierdzi, że pewne zawody „umierają”, łatwo dać się ponieść mocnym, uogólnionym stwierdzeniom, takim jak:

„W tej pracy nie ma przyszłości.” „Na tym się nie zarabia.” „Taka praca nie jest dla takich ludzi jak my.”

Na pierwszy rzut oka te stwierdzenia mogą brzmieć przekonująco. Ale oto najważniejsza część: to, że coś zostało powiedziane z pewnością siebie, nie oznacza, że jest prawdą. W rzeczywistości wiele z tych idei to mity zawodowe, przekonania często oparte na nieaktualnych informacjach, historiach z drugiej ręki, stereotypach, a nawet strachu przed nieznanym. Świat pracy dynamicznie się zmienia. Całe branże ewoluują, powstają nowe role, a definicja sukcesu jest bardziej elastyczna niż kiedykolwiek. Dlatego umiejętność rozpoznawania mitów jest tak ważna.

Jak to zrobić?

Jednym z najskuteczniejszych sposobów jest słuchanie prawdziwych głosów z terenu, osób, które faktycznie wykonują swoją pracę. Wysłuchanie opinii profesjonalistów z różnych branż może dać Ci bardziej trafny i zrównoważony obraz tego, jak naprawdę wygląda dana praca. Ich spostrzeżenia często podważają powszechne mity i oferują weryfikację rzeczywistości opartą na doświadczeniu, a nie na domysłach czy założeniach.

Zamiast bezkrytycznie przyjmować czyjąś opinię, zadaj sobie pytanie:

Skąd pochodzą te informacje?

Czy dana osoba faktycznie pracowała w tej dziedzinie?

Czy pogląd ten jest nadal aktualny?

Czy są inne perspektywy, które powinienem wziąć pod uwagę?

Podobnie jak w przypadku weryfikacji źródeł informacji w projekcie szkolnym, możesz weryfikować informacje dotyczące porad zawodowych. Dzięki temu możesz podejmować lepsze, bardziej świadome decyzje i otwierać ścieżki, o których wcześniej nie myślałeś. Śledź oferty seminariów i targów pracy – to właśnie tam możesz łatwo nawiązać kontakt z profesjonalistami w swojej dziedzinie.

→ **Pamiętaj:** mity tracą moc, gdy zaczynasz zadawać pytania i słuchać prawdziwych historii.


Przyjrzyjmy się bliżej, jak rozpoznać mit.

TEMAT 5 [www.hirefireproject.eu](http://www.hirefireproject.eu)

## JAK ROZPOZNAĆ MIT STANOWISKA? (W 5 KROKACH)


**01**

**Krok 1: Uważaj na nadmierne uogólnienia**  
 Czy w stwierdzeniu użyto słów takich jak „zawsze”, „nigdy” lub „nikt”?  
 ✦ **To są czerwone flagi.** Większość stanowisk jest bardziej złożona, niż można to ująć w jednym zdaniu.  
 Przykład: „Praca kreatywna nigdy nie jest dobrze płatna”.




**02**

**Krok 2: Zapytaj, kto to mówi i dlaczego?**  
 Czy twierdzenie opiera się na osobistych doświadczeniach, obawach lub nieaktualnych informacjach?  
 ✦ Bądź miły/a, ale dociekliwy/a. Nawet dobrze zamierzona rada może być oparta na czyjejś historii, a nie na twojej.  
**Wskazówka:** Zapytaj: „Czy ta osoba obecnie pracuje w tej dziedzinie?”




**03**

**Krok 3: Szukaj prawdziwych głosów w Twoim otoczeniu**  
 Czy słyszałeś/aś o kimś, kto dziś wykonywał tę pracę?  
 ✦ Szukaj prawdziwych doświadczeń poprzez filmy, blogi, wywiady lub rozmowy z profesjonalistami.




**04**

**Krok 4: Porównaj więcej niż jedno źródło**  
 Czy słyszałeś/aś tę samą opinię z różnych, aktualnych źródeł?  
 ✦ Mit często upada, gdy zbierzesz różne perspektywy i historie.  
**Przykład:** Przeczytaj post na LinkedIn, stronę poświęconą karierze zawodowej i obejrzyj film przedstawiający Twój dzień.



**05**


**Krok 5: Sprawdź sam/a**  
 ? Czy to dotyczy mnie, moich celów i mojej sytuacji?  
 ✦ To, co jest prawdą dla jednej osoby, może nie być prawdą dla Ciebie. Zastanów się nad swoimi mocnymi stronami i zainteresowaniami.  
**Zadaj sobie pytanie:** „Czy ten mit mnie ogranicza, czy pomaga mi się rozwijać?”



**Pamiętaj!**

🔍 Pytaj 🗣️ Słuchaj 🤔 Zastanawiaj się  
 ✅ Zdecyduj sam/a.

**Nie pozwól, aby mit ukształtował Twoją przyszłość – znajdź prawdę i podążaj własną ścieżką.**



Co-funded by the European Union

Współfinansowane przez Unię Europejską. Wyrażone poglądy i opinie są jednak poglądami i opiniami wyłącznie autora/autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy Unii Europejskiej ani Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA) oraz Fundacji Rozwoju Systemu Edukacji. Ani Unia Europejska, ani EACEA, ani FRSE nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

## **Zwróć uwagę na uogólnienia**

Mity często kryją się w ogólnikowych, uogólniających stwierdzeniach. Kiedy słyszysz, jak ktoś mówi: „Nikt na tym nie zarabia” lub „W tę dziedzinę nie da się wejść”, zatrzymaj się na chwilę. Czy brzmi to jak osobista opinia, czy raczej jest przedstawiane jako uniwersalna prawda? Życie bywa bardziej skomplikowane niż proste „zawsze” lub „nigdy”.

Na przykład, ktoś mógłby powiedzieć: „Nie zrobisz kariery w sztuce, jeśli nie będziesz miał szczęścia”. Ale czy to prawda dla wszystkich i wszędzie? Czy to prawda dzisiaj, w cyfrowym świecie, gdzie artyści sprzedają swoje prace online, ilustrują dla firm technologicznych lub projektują na potrzeby reklam? Uogólnienia często przekreślają możliwości. Spłaszczają różnorodność doświadczeń w świecie rzeczywistym i sprawiają wrażenie, że wynik został już za ciebie przesądzony.

W chwili, gdy usłyszysz zdanie, które próbuje objąć wszystkich jedną ideą, potraktuj je jako wskazówkę. To może być początek mitu.

## **Szukaj doświadczeń życiowych, a nie tylko opinii**

Istnieje ogromna różnica między osobą udzielającą rady w oparciu o własne doświadczenie a osobą powtarzającą to, co usłyszała. Jeśli kolega z klasy powie: „Mój wujek pracował w tej branży i jej nienawidził”, to inna historia. Jeśli twój przyjaciel powie: „Czytałem, że rynek pracy się kurczy”, to inna opinia. Żadna z nich nie jest błędna, ale żadna też nie daje pełnego obrazu.

Najlepszym sposobem na zbliżenie się do prawdy jest słuchanie osób, które obecnie pracują na stanowisku lub w dziedzinie, która Cię interesuje. Co mówią o swojej codziennej pracy? Z jakimi wyzwaniem się mierzą? Co lubią lub co chcieliby wiedzieć wcześniej? Osoby z bezpośrednim doświadczeniem życiowym często mogą dać Ci bardziej szczerą, praktyczną i ludzką perspektywę.

Niezależnie od tego, czy odbywa się to poprzez wywiady, filmy, podcasty, wystąpienia gości, czy nawet nieformalne rozmowy z rodziną i przyjaciółmi, poszukiwanie głosów z branży pozwala zastąpić mity prawdziwymi historiami. Te historie mogą potwierdzić Twoje zainteresowanie, zmienić sposób myślenia lub zainspirować Cię do nowego kierunku. Tak czy inaczej, są bardziej wiarygodne niż domysły.

## Przeglądaj więcej niż jedno źródło informacji

Żadna osoba, artykuł ani film nie przedstawiają całej historii. Jeśli chcesz zrozumieć, jak naprawdę wygląda dana praca, warto poznać więcej niż jedno źródło. Może to oznaczać czytanie opisów stanowisk na różnych stronach internetowych, oglądanie filmów na YouTube prowadzonych przez osoby z danej branży lub porównywanie opinii specjalistów z różnych krajów i kontekstów.

Pojedynczy negatywny komentarz, taki jak „Ta branża umiera”, może odzwierciedlać jeden obszar lub jeden moment gospodarczy, ale nie stanowi pełnego obrazu. Analizując wiele perspektyw, można zacząć dostrzegać wzorce, wyzwania i możliwości. Na przykład, być może branża dziennikarstwa drukowanego się skurczyła, ale media internetowe, podcasting i marketing cyfrowy rosną w siłę. Historia jest bardziej złożona i daje więcej nadziei, niż mogłoby się wydawać na pierwszy rzut oka.

Okazywanie ciekawości, zadawanie pytań i porównywanie doświadczeń może pomóc Ci zbudować bardziej zrównoważone i realistyczne zrozumienie ścieżki kariery, dzięki czemu będziesz w stanie podejmować decyzje, które odpowiadają Twoim potrzebom, a nie tylko założeniom wokół Ciebie.

Okazywanie ciekawości, zadawanie pytań i porównywanie doświadczeń może pomóc Ci zbudować bardziej zrównoważone i realistyczne zrozumienie ścieżki kariery, dzięki czemu będziesz w stanie podejmować decyzje, które odpowiadają Twoim potrzebom, a nie tylko założeniom wokół Ciebie.

→ **Pamiętaj:** obalanie mitów nie polega na udowadnianiu ludziom, że się mylą, ale na otwieraniu przed sobą nowych możliwości. Każda praca ma swoje plusy i minusy. Każda dziedzina stawia przed nami wyzwania. Jednak w świecie pracy jest więcej różnorodności, elastyczności i kreatywności, niż większość ludzi zdaje sobie sprawę.

**Nie pozwól, aby czyjeś lęki lub założenia decydowały o Twojej przyszłości.** Zadawaj pytania. Słuchaj ludzi, którzy pracują. Zastanów się nad swoimi wartościami. Następnie podejmuj decyzje zgodne z Twoim własnym kierunkiem, a nie z przestarzałymi mitami.

## WNIOSKI

Obalanie mitów na temat zawodów i form zatrudnienia to nie tylko rozwiewanie nieporozumień, ale także dawanie młodym ludziom swobody w eksplorowaniu, wyobrażaniu sobie i definiowaniu własnych ścieżek kariery. Zastępując przestarzałe przekonania prawdziwymi historiami, doświadczeniami i przemyślaną refleksją, tworzymy przestrzeń dla bardziej inkluzywnych i realistycznych rozmów o pracy. Nie ma jednego „właściwego” sposobu na budowanie przyszłości ani jednej uniwersalnej kariery. Ucząc się kwestionować stereotypy, słuchać różnych głosów i ufać swoim rozwijającym się zainteresowaniom i mocnym stronom, możesz podejmować świadome decyzje, które będą zgodne z tym, kim jesteś i kim się stajesz.

## BIBLIOGRAFIA

- Upwork. (n.d.). Debunking Myths About Freelancing: What You Need to Know. Upwork. Retrieved June 2025, from <https://www.upwork.com/resources/freelancing-myths>
- Krawczyk, N. (n.d.). 5 Freelancing Myths & the Truths Behind Them. Fired Up Freelance. Retrieved June 2025, from <https://firedupfreelance.com/5-freelancing-myths-the-truths-behind-them>
- Modi, A. (2021, November 8). Common Remote Work Myths Debunked. Forbes. Retrieved June 2025, from <https://www.forbes.com/sites/mural/2021/11/08/common-remote-work-myths-debunked>
- Tsipursky, G. (2023, June 5). Debunking Remote and Hybrid Work Misconceptions. Forbes. Retrieved June 2025, from <https://www.forbes.com/sites/glebtsipursky/2023/06/05/debunking-remote-and-hybrid-work-misconceptions/>
- Robinson, B. (2024, September 26). Hybrid and Remote Work Still on the Rise, Despite Misconceptions, Study Shows. Forbes. Retrieved June 2025, from <https://www.forbes.com/sites/bryanrobinson/2024/09/26/hybrid-and-remote-work-still-on-the-rise-despite-misconceptions-study-shows/>

# HIRE-FIRE. UNIKANIE PORAŻEK W ROZWOJU KARIERY

Niniejszy e-book został opracowany przez zespół projektu HIRE-FIRE, w którego skład wchodzi osoby pracujące z młodzieżą, edukatorzy, doradcy zawodowi i młodzi ludzie, którzy połączyli siły, aby pomóc Ci uniknąć typowych błędów na początku Twojej kariery zawodowej.

Aby móc Cię wspierać, pracujemy nad:  
Platformą edukacyjną oferującą kurs na temat tego, jak unikać najczęstszych błędów w poruszaniu się po rynku pracy.  
Krótkimi filmami informacyjnymi oferującymi rozwiązania głównych problemów i błędów przedstawionych w tym e-booku.

Obserwuj naszą stronę internetową: <https://hirefireproject.eu>

Partnerzy projektu:



**Brainstream**



Ten e-book jest dostępny na licencji Creative Commons Uznanie Autorstwa-Na Tych Samych Warunkach 4.0 Międzynarodowa (CC BY-SA 4.0). Pełny tekst licencji można znaleźć pod adresem: <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>



**Dofinansowane przez  
Unię Europejską**

Dofinansowane ze środków UE. Wyrażone poglądy i opinie są jedynie opiniami autora lub autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej lub Fundacji Rozwoju Systemu Edukacji. Unia Europejska ani Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

**Publikacja bezpłatna  
Opracowano w CanvaPr**