

# Tolv punkter att pricka av

Vi byter oftare jobb än tidigare. Att söka jobb är en konst i sig där de flesta kan bli bättre. Det finns mycket att tänka på efter du varit på jobbintervju, som kan förbättra dina chanser att få jobbet vid nästa intervju du blir kallad till. Här kommer några punkter som karriärcoachen *Nina Jansdotter* tycker kan vara värt att ta till sig.

## 1 SKAFFA DIG EN ÖVERBLICK ÖVER REKRYTERINGSPROCESSEN

I slutet av intervjun tar du reda på hur själva ansökningsprocessen ser ut. Hur många kandidater ska intervjuas, vilka olika steg ingår i processen, när kallar man till en andra intervjuomgång? På så sätt slipper du gå och undra över vad som är företagets eller organisationens nästa steg och hur lång tid de beräknar att hela rekryteringsprocessen kommer att ta.

Tyvärr är många arbetsgivare dåliga på att höra av sig till sina kandidater och berätta var i processen man är. Det ger företaget dåligt anseende och ger kandidaterna mycket vånda att gå och vänta på besked. Många gånger är inget besked ett bra besked ändå för att man helt enkelt inte hunnit bestämma sig än.

Att söka jobb är en process på flera nivåer inte minst för psyket. Att få negativa besked kan trigga känslor av värdelöshet och utanförskap och då gäller det att jobba med självkänslan så att du förstår ditt värde oavsett om du får jobbet du sökt eller inte.

## 2 SKRIV NER VAD SOM HÄNDE UNDER INTERVJUN

För din egen del är det bra om du så snart intervjun är avslutad börjar fundera över vad du sagt och hur det gick så att du kan coacha dig själv att göra ett ännu vassare intryck framöver. Det är bra om du gör detta snabbt medan du kommer ihåg alla detaljer. Ta en stund för reflektion och skriv gärna ner både sådant du glömt att ta upp och sådant du vill förstärka vid nästa intervju. Att söka jobb och att sälja sig själv är viktiga färdigheter på dagens arbetsmarknad och det är bra att träna och reflektera mycket för att förbättra dessa.

## 3 TACKA FÖR INTERVJUN

Direkt efter intervjun är det bra att skriva ett tack mejl till den/de som intervjuade dig. Det räcker med någon rad om att det var trevligt att vara på intervju hos dem och att du talar om att företaget och tjänsten var intressant för dig. Det är ett sätt för dig att påminna om din existens och samtidigt berätta att du är seriöst intresserad av att gå vidare. Det kan vara ett sätt att sticka ut lite extra bland alla som intervjuas.

## 4 RING OM DU HAR NÅGOT RELEVANT ATT FRÅGA OM

Att ringa eller inte ringa är frågan. Generellt sett är det bra att vara proaktiv, framåt och visa att du verkligen vill ha jobbet och därför hör av dig. Men gränsen till att man verkar desperat och tjatig kan vara hårfin. Många rekryterare ogillar att man bara hör av sig för att fråga hur rekryteringsprocessen går. Om du ska ringa behöver du en relevant anledning, kanske något du undrar över kring jobbet som inte redan framgått i annonsen eller i intervjun. Sätt dig in i rekryterarens situation här. De har ofta många rekryteringsprocesser samtidigt och jobbar under hög stress att hitta rätt person till rätt plats.

## 5 VARSKO DINA REFERENSER

Om du kände att det gick bra under intervjun är det bra att kontakta dina referenser och förbereda dem på att de kan bli kontaktade. Detta för att de ska vara förberedda och ha dig och det du kan fräscht i minnet. Det gäller speciellt om det var ett tag sedan ni arbetade ihop. Självklart har du redan innan du lämnade referenserna bett om tillstånd att använda dessa personer som referens.

## 6 FÖLJ PÅ SOCIALA MEDIER

Det kan vara bra att följa företaget på sociala medier. Kolla vad som eventuellt finns på LinkedIn, Facebook eller Twitter. Gör egna inlägg kring det du tycker är intressant. Det är också ett sätt för dig att påminna företaget om dig och att du sökt jobb hos dem.

Att samla fakta om företaget och vad de gör är värdefullt inför en uppföljningsintervju. Då kan du ställa än mer relevanta frågor och vara mer påläst inför till exempel löneförhandling eller diskussioner om exakta arbetsuppgifter.

Generellt sätt är sociala medier bra för jobbsökanden då många jobb annonseras ut där. Men man kan givetvis inte hänga på sociala medier hela dagarna.

## 7 HÅLL ÅNGAN UPPE I SÖKANDET EFTER JOBB

Fortsätt söka andra jobb även om du tyckte att intervjun gick bra och du känner dig säker på att du kommer att bli erbjuden jobbet snart. Konkurrenten på ar-

# efter en jobbintervju



betsmarknaden är tuff och det är många som ska tycka till innan företaget bestämmer sig för en kandidat.

Använd den positiva energin från intervjun till att söka andra jobb. När du känner dig lite kaxig över att det gått bra kan du skapa dig nya möjligheter på andra fronter. De flesta behöver också träning i att gå på intervjuer och presentera sig, passa på att träna mer.

## 8 VAR FÖRSIKTIG MED ATT SPELA ETT HÖGT SPEL

Man kan känna sig starkare om man har många jobb på gång och har varit på flera intervjuer som kändes bra. Men man ska inte spela ut jobben mot varandra och ställa ultimatum bara för att man har fler jobb på gång samtidigt. Det brukar inte uppskattas. De flesta arbetsgivare vet att attraktiva kandidater söker flera jobb samtidigt.

Men det är också mänskligt att vilja känna sig "utvald", det gäller både dig som söker jobb och den arbetsgivare du träffar. För egen del – använd den inre känslan av att själv vara eftertraktad för att stärka din egen självkänsla hellre än att berätta vitt och brett om hur många jobb du har på gång.

Om du blir tvungen att lägga korten på bordet, gör det så snyggt du kan. Kom ihåg att det alltid är viktigt att göra ett bra intryck och visa att man bryr sig om andra och inte bara sig själv och sin egen karriär.

## 9 FUNDERA PÅ DINA LÖNEANSPRÅK

Fundera över dina löneanspråk och övriga villkor. Den frågan kommer upp snart om den inte redan har gjort det på första intervjun. Läs på lite till om företaget, hör med ditt nätverk om någon känner någon som vet lite mer om vilka nivåer och förmåner som kan vara aktuella på det tilltänkta företaget och eller för branschen i sig om du inte redan vet det. Fackförbund kan också ha statistik som kan vara till hjälp innan du lägger ditt första bud.

Fundera över ditt drömbud, ditt mer realistiska bud och din lägsta nivå, det vill säga den nivå du inte kan tänka dig att gå under.

Spetsa även till dina argument. Fokusera på tre huvudargument som du sedan utvidgar och fördjupar allt efter behov. Att lära sig förhandla är en viktig del av karriären och ett nytt jobb leder ofta till högre lön. Numera är det mer lönsamt att vara rörlig på arbetsmarknaden än att stanna länge på samma tjänst på samma företag eller organisation.

## 10 BYGG OCH UNDERHÅLL DINA RELATIONER

Att söka nytt jobb handlar i dag mer än någonsin om att skapa och underhålla sitt nätverk. De flesta jobb förmedlas genom kontakter. Har du få kontakter får du färre nya jobbmöjligheter. Lägg därför tid på att underhålla ditt nätverk i alla led. Gör intryck. Se varje

möte som ett sätt att utvidga ditt kontaktnät och skapa goda relationer.

Även om du inte får jobbet så vet du inte i vilka jobbsammanhang du träffar dessa människor igen. Bränn därför inga broar även om du blev besviken att jobbet inte blev ditt. Branschen är ganska liten och ofta möter man samma människor flera gånger under ens karriär, på gott och ont beroende på hur bra man är på att möta människor och ta hand om relationer. Även om du vet något negativt om kandidaten som fick jobbet är det oftast mer negativt för dig om du berättar det, då det kan tolkas som avundsjuka och att du är en dålig förlorare. Om du i stället gör ett bra intryck genom hela processen kan du kanske bli kontaktad igen när företaget har en ny vakans eller när rekryteraren har en annan tjänst som han eller hon tror kan passa dig.

## 11 BE OM FEEDBACK

Om du inte fick jobbet kan det vara värdefullt att fråga efter lite återkoppling på vilket intryck du gjort under intervjuprocessen. Det ger dig en möjlighet att utvecklas och i bästa fall ha en större chans på nästa jobb du söker. Du kan inte få mer än ett nej om du frågar, och jag upplever att många är villiga att ge råd och stöd – även om inte alla vill lägga tid på återkoppling.

Att utvecklas i karriären handlar om att lära sig av det som händer, att inte fastna i samma beteende, att inte säga och göra samma saker hela tiden, oavsett om det fungerar eller inte. Undvik att ta saker personligt. Lyssna och lär dig mer på vägen. Att få feedback är en viktig del i denna processen.

## 12 SKAFFA FÖREBILDER

Fundera på vem i din omgivning som gör bra jobbintervjuer och som hanterar hela intervjuprocessen, även det som händer efter en intervju på ett bra sätt. Hur agerar han eller hon? Fråga honom eller henne om råd när du tycker att du kör fast. Inte för att du måste vara och göra precis på samma sätt men det finns alltid saker man kan spegla och ta efter och ändå göra till sitt. Om inte annat så kan du beundra dem lite på håll och få energi över att andra lyckas väl. Då är det ju möjligt. Ta med dig den känslan nästa gång du går på intervju och ta med dig allt du lärt dig tidigare.



**NINA JANSDOTTER**  
karriärcoach