



jobsøkerkurset.no

JOBBSØKERHJELPEN

En guide som viser deg alle steppene frem til
drømmejobben!



Opphavsrett © Headhunteren AS. Alle rettigheter er beskyttet. Det er strengt forbudt å kopiere, distribuere, publisere eller endre ethvert materiale uten skriftlig samtykke fra Headhunteren AS



jobbsøkerkurset.no



Dagens arbeidsmarked er tøffere enn på lenge. Det å finne seg en ny jobb er tidkrevende og er hardt arbeid. Som jobbsøker er du heltidsansatt hos deg selv, så du må fokusere på målet og du må investere tid.

Still deg noen spørsmål som:

- Hva er mine karrieremål?
- Hva er mine styrker og svakheter?
- Hvilke næringer og virksomheter er interessante for meg?
- Hvilke stillinger passer best til min utdanning og erfaring?
- Hvorfor søker jeg denne spesifikke stillingen (som du har funnet)?
- Hvordan kan jeg forbedre min CV og søknad?
- Hvilke nettverk har jeg i valgte næringer?
- Hvordan kan jeg forberede meg på jobbintervjuer?
- Hva er min lønnsforventning?
- Hvordan kan jeg forberede min jobbsøkerprosess?
- Finnes det kurs som er tilgjengelig for meg?

Disse spørsmålene hjelper deg med å rette fokus, sette realistiske mål og utvikle en effektiv jobbsøkerprosess.

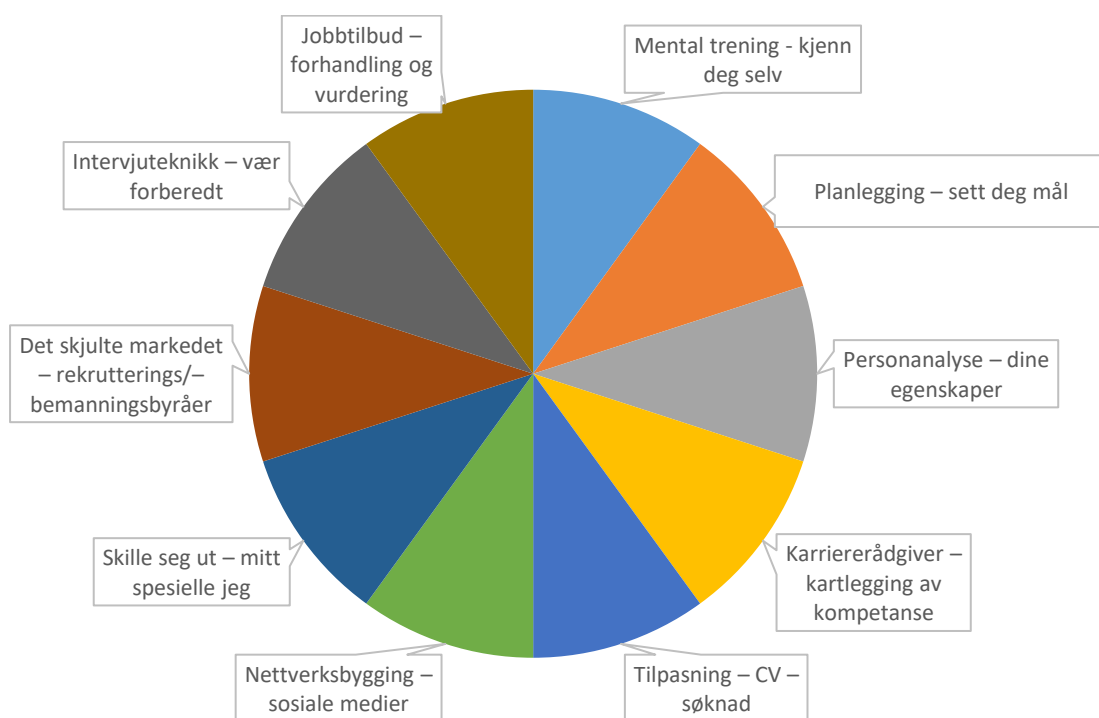
Når søkekriteriene er definert er det mye lettere å finne drømmejobben!

Jobbsøkerhjelpen tar for seg alle steppene frem til drømmejobben - alt fra mental trening til intervjuteknikk og jobbtilbud.



jobsøkerkurset.no

JOBBSØKERHJULET*



Som jobsøker skjer det noe mentalt med oss alle sammen. Det er viktig at vi forstår hva som skjer med oss i den situasjonen vi er i og hva vi kan gjøre med denne. Nedenfor finner du en beskrivelse av mental trening.

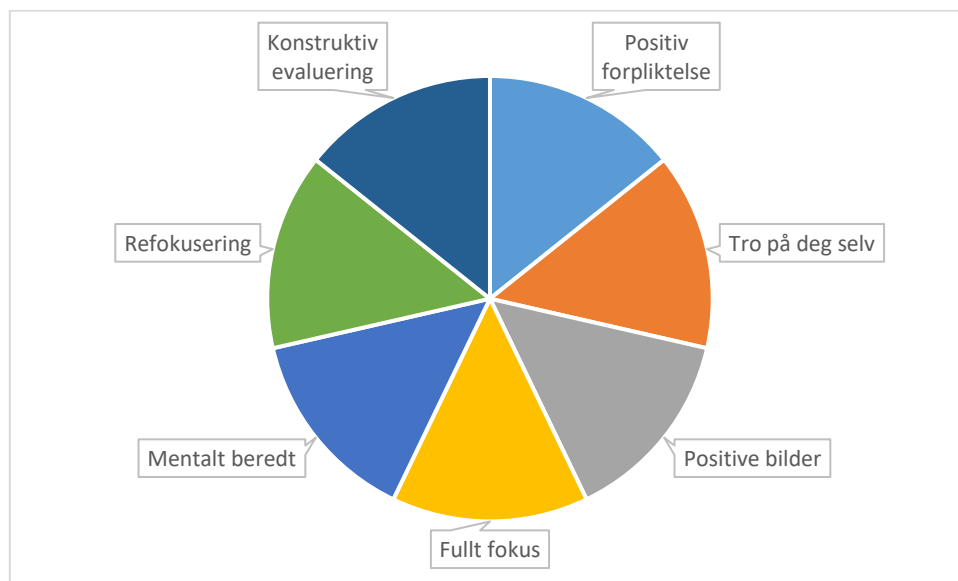
**Alle trinnene finner du her: <https://jobsøkerkurset.no/produkt/jobsøkerprosessen/>*



MENTAL TRENING

Mental trening dreier seg om de teknikkene du bruker for å bli sterkere mentalt. Det finnes ulike modeller for hva som er vesentlige momenter å ha inn i et program for mental trening. Den canadiske forskeren Terry Orlick fikk med boken «In Pursuit of Excellence» gjennom hele 1980- og 1990-tallet en usedvanlig sterk posisjon innenfor fagfeltet idrettspsykologi. Hans mentale treningsmodell «Wheel of Excellence» har guidet mange utøvere og idretts-psykologiske veiledere, som igjen kan overføres til jobbsøkere.

Hjulet for mental trening*



*Alle trinnene finner du her: <https://jobsøkerkurset.no/produkt/jobsøkerprosessen/>



jobbsøkerkurset.no



PLANLEGGING

Det første du må gjøre som jobbsøker er å sette deg mål. Uten mål, har du ingen styring!

Definer hva slags jobb du vil ha, hvilke oppgaver du kan tenke deg og i hva slags virksomhet du ønsker å jobbe i. Sett deg flere og ambisiøse mål som du skal oppnå som jobbsøker. Det kan være hensiktsmessig å ha et oppslag med dine fokusmål godt synlig, f.eks. på kjøleskapsdøra. Dette vil øke dine sjanser for å nå dine mål dramatisk når du ser de viktigste målene daglig!

Del også målene dine med en mentor eller en venn som støtter deg i å nå dine mål, eller del de i gruppen du er med i på Facebook eller LinkedIn.

SETT DEG MÅL – PLANLEGGING

«Langsiktige mål foran kortsiktige»

Det å lage seg en plan er genialt og vil hjelpe deg å skape den strukturen og det riktige fokuset du trenger for å finne din drømmejobb!

Det å bryte ned målene dine i 30-60-90 dagers intervaller gjør det lettere å ta nødvendige aksjoner for å komme dit. Du har sikkert merket at du blir stresset av å sette deg knappe tidsfrister.

Ved å fokusere på færre ting og lengre tidsfrister så blir du mer effektiv og produktiv, og det gir også lykkefølelse og selvtillit når du ser at du mestrer det du har satt deg som mål.

Start hver dag riktig – du må eie dagen – dagens intensjon er et skritt mot målet ditt!



jobbsøkerkurset.no

PERSONANALYSE



Det finnes hundrevis av analyser som brukes i markedet, men det er stor spredning i utbredelse og kvalitet. Grunnet omfanget er det vanskelig å forberede seg til en spesiell type analyse, men det er ikke spesielle forberedelser forbundet med personanalyser likevel. Nedenfor finner du noen tips slik at du vet hva du går til.

Klassisk fremdrift.

Det er normalt at det i dagens arbeidsmarked er minst 100 søkere på stillinger som skal besettes. Personanalyser og intervju er relativt tidkrevende og kostbart så det sier seg selv at man ikke kan teste alle de 100 eller fler. Det er vanlig at man tar inn ca. 10 personer til førstegangsintervju. Dette intervjuet varer ca. 30-60 minutter. Ut ifra dette sitter man gjerne igjen med ca. 3-5 kandidater man ønsker å gå videre med. Disse innkalles da til gjennomføring av en personanalyse. Analysens varighet er ca. 1 time og er et utgangspunkt for et dybdeintervju som kan skje samme dagen eller senere. Dette er som nevnt det normale, men det finnes også tilfeller hvor man skal ta evnetest også. Testdagen kan da bli opp mot 4-5 timer inkludert personanalysen.

Der er viktig at du setter deg inn i hvordan disse fungerer og viktigheten med disse personanalysene fra deres ståsted. Dette vil gjøre det lettere for deg å akseptere å gjennomføre en personanalyse.



jobsøkerkurset.no

Kompetansekartlegging



Kompetanse er mer enn kunnskap! Arbeidsgivere ser ikke bare på utdanning og karakterer når de ansetter, og derfor er det viktig å få en helhetlig oversikt over hva du kan og hvem du er.

Kjennskap til egen kompetanse er viktig av to årsaker:

1. Jo mer bevisst du er egen kompetanse jo lettere er det å, ikke bare finne jobber, men også finne jobber du vil trives i.
2. Når du har funnet en jobb du ønsker å søke på, skal du kommunisere til arbeidsgiver hva du har av kompetanse, erfaringer og hvordan disse er relevante for stillingen.

Kompetanse kan deles inn i flere underkategorier:

- Fagkunnskaper/ tekniske ferdigheter
- Myke verdier/ «soft skills»
- Ledelseskompetanse
- Språkferdigheter/ kommunikasjon
- Utdannelse og sertifisering
- Industri- eller bransjespesifikke ferdigheter
- Kundeserviceferdigheter
- Digitale ferdigheter
- Prosjektledelse
- Kreative ferdigheter
- Etikk og profesjonell integritet
- Motivasjon

Disse kategoriene er ikke rangert etter viktighetsgrad. Hva som vektlegges i rekrutteringsprosessen varierer fra de forskjellige arbeidsgivere og rekrutteringsselskaper, og avhenger også av hva slags type stilling du søker på.



jobbsøkerkurset.no

Tilpasning CV og søknad



Stilling ledig:

En stillingsannonse som virker interessant bør leses flere ganger og du må streke under de ordene i stillingsannonsen som beskriver den kompetansen og de egenskaper som etterspørres.

Bruk stillingsannonsen som et jobbsøkerprosjekt!

Er det deg de spør etter? Har du den etterspurte kompetansen eller erfaringen? Ofte kan relevant erfaring kompensere for etterspurte utdannelse. Gjør en analyse av dine erfaringer fra tidligere stillinger, og finn ut hva du har gjort som kan relateres til det som blir etterspurt og som er overførbart.

Før du begynner å skrive søknaden og redigere CV-en din må du bl.a. tenke gjennom følgende:

- Er dette en virksomhet jeg kan tenke meg å jobbe i?
- Er dette en virksomhet som er kjent for et godt omdømme?
- Er dette produkter eller tjenester som er forenlig med mitt livssyn?

Det er også viktig å forholde seg til søknadsfristen. Ikke vent med å skrive søknaden hvis du har analysert stillingen og virksomheten, og dette virker som en god match. Da bør du sende søknaden så snart som mulig. Mange jobbsøkere har kommet inn til intervju nettopp fordi de var tidlig ute.

I dagens arbeidsmarked er det mange som søker på en ledig stilling og flere arbeidsgivere eller rekrutteringsselskaper stopper derfor prosessen tidligere enn annonsert, da de får rett og slett for mange søkere.

HUSK! Vær alltid tidlig ute med søknad og CV.



KARRIEREREISEN

En av de mest oversette, men effektive CV-skrivestrategiene er å skrive om KARRIEREREISEN din. Du ønsker å veve sammen din erfaring for å fortelle en sammenhengende historie om din profesjonelle vekst.

Dette er spesielt viktig hvis du har en karrierehistorie der det kan være vanskelig for rekrutterer å koble alle prikkene - som i en karriereovergang / endring.

Jeg sier alltid til jobbsøkere at DU må koble prikkene for rekrutterer; De vil ikke gjøre det for deg.

Finn ferdigheter i stillingen du har tenkt å søke på som samsvarer med din erfaring og tilsvarende arbeid du har gjort tidligere.

Del eksempler i en UHR: utfordring, handling, resultatformat. Dette er en måte å koble prikkene og vise relevant erfaring.

SOFT SKILLS

Soft Skills – myke verdier blir mer og mer viktig når man skal vurdere kandidater opp mot hverandre.

Tilpasningsevne er en myk ferdighet, så du vil ikke bare føre den opp på CV-en din som et nøkkelord eller en ferdighet som du ville gjort med en hard ferdighet.

I stedet vil du demonstrere ferdigheten som brukes i et eksempel. Jeg foretrekker: utfordring, handling og resultat.

Du skriver om erfaringen din og inkluderer utfordringen du møtte, handlingen du tok og resultatet av den handlingen.

Når var det en utfordring som krevde at du måtte tilpasse deg?

Skriv om det i et nytt avsnitt og inkluder ordet tilpasset/tilpasningsevne.

På denne måten ser rekrutterere ikke bare at du sier at du har ferdighetene, men også hvordan du brukte den ferdigheten i en arbeidsutfordring.



jobbsøkerkurset.no

Nettverksbygging



Å ha gode ferdigheter og utdanning er flott, men vi mennesker liker gjerne også møte andre og hjelpe hverandre. Og det er essensielt for enhver jobbsøker å ha og bygge sitt eget nettverk.

Det å snakke om din situasjon til riktige personer – og være like interessert i deres situasjon -vil hjelpe deg som jobbsøker. LinkedIn er #1 for nettverksbygging, og ikke bare med å bygge nettverket ditt, men også for å finne nye muligheter.

Husk at ditt nettverk skal være av kvalitet, ikke kvantitet. Kvalitet er det som varer i det lange løp. De personene blir ofte dine venner for livet.

1. GÅ UT AV DIN EGEN KOMFORTSONE
2. FÅ EN GI-HOLDNING
3. OPERER UTENFOR DIN NISJE OG VÆR SANN MOT DEG SELV
4. BLI DEN PERSONEN MAN GÅR TIL I DITT NETTVERK ELLER DIN BRANSJE
5. FØLG OPP OG VIS TAKKNEMLIGHET
6. FORTSETT Å BYGGE NYE KONTAKTER, MEN IKKE GLEM DE GAMLE
7. IKKE VÆR REDD FOR Å SPØRRE
8. TA VARE PÅ DEG SELV
9. VIL NETTVERKET VÆRE I LIVET DITT OM 5 ÅR?

HUSK: Nettverksbygging skal være energigivende – ikke en energilekkasje.



Hvordan skille seg ut



Det finnes en rekke ting en jobbsøker kan gjøre for å få et intervju i stedet for å kaste bort tid på å klage på urettferdighet i prosessen.

Du må by på deg selv, tørre å gå utenfor din komfortsone, delta i sosiale medier, du må lære deg å gi før du kan få, du må vise at du er positiv, at du er ærlig og oppriktig, slik at ditt nåværende nettverk stoler på deg og kan anbefale deg videre i sitt nettverk.

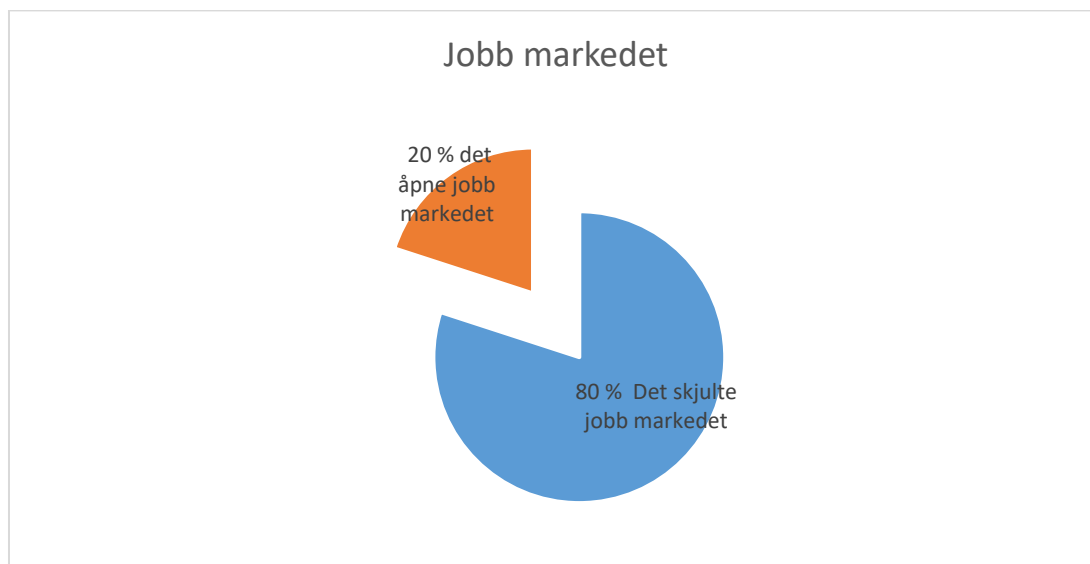
Dette er en oppsummering på 15 punkter som kan være de viktigste råd for å skille seg ut.

1. Ikke bruk mer enn 20% av tiden din til søknader på utlyste stillingsannonser.
2. Søk på stillinger som passer din profil best.
3. Bli en ekte nettverksbygger.
4. Direkte henvendelse – nå ut til virksomheter du kan tenke deg å jobbe hos.
5. Forbered en ikke-CV – en beskrivelse av hvem du er.
6. Lag en video-CV (det finnes en link her som vil bli oppdatert)
7. Send «din prestasjonsbaserte stillingsbeskrivelse.»
8. Tilby å jobbe gratis en måned. (Da får du vist deg frem, passer best for yngre jobbsøkere)
9. Lær deg 2-minutters svar. (Ikke prat deg bort)
10. Ta kontroll i intervjuet. (Det skal være en to-veis dialog)
11. Du trenger ikke å ha alle ferdighetene, fortell de hvorfor.
12. Bevis at du er kvalifisert.
13. Intervju deg selv.
14. Få til et telefonmøte.
15. Vær fullt forberedt på intervjuet.

Husk: Vi er alle unike, og det er ingen som er lik deg!



Det skjulte markedet – rekrutterings/- bemanningsselskaper



Det skjulte jobb markedet kan være 70 eller 80 % av hele arbeidsmarkedet. Foreløpig er det ingen som vet nøyaktig. Det de fleste er enig om, er at det skjulte arbeidsmarkedet vokser.

Jeg mener at mange jobbsøkere bruker tiden sin feil i sin søken etter ny jobb. Det er viktig at du ikke bruker mer enn 20% av din innsats på å søke på utlyste stillingsannonser. Ytterligere 20% skal du sørge for å oppdatere din CV, søknad, og at din LinkedIn profil er søkbar og svært engasjerende. Gjør justeringer underveis.

De resterende 60% må du bruke på å bygge et robust nettverk som kan hjelpe deg å få en jobb i det skjulte markedet samt å «banke på dører». Du MÅ ut av komfortsonen.

Selv har jeg søkt på kun en jobb, og avsluttet intervjuet da intervjueren ikke kjente virksomheten godt nok. Jeg fikk jobben da jeg kontaktet adm dir direkte.

Det "skjulte" jobbmarkedet beskriver de stillinger som arbeidsgivere ikke annonserer, men likevel ønsker å fylle. Annonsering av en stilling er kostbart og genererer mange stepp som kan være tidkrevende å behandle. Noen stillinger er så populære at en arbeidsgiver kan få 100vis av søknader som må behandles.

Det er viktig at du har kontakt med flere rekrutteringsbyråer og bemanningsselskaper som dekker din kompetanse.

Ta kontakt i dag!



jobsøkerkurset.no

Intervjuteknikk



Husk at du er invitert til et intervju fordi arbeidsgiver/rekrutterer tror du kan gjøre jobben. Din jobb i intervjuet er å få frem hvordan din kompetanse, motivasjon og dine egenskaper gjør deg til en sterk kandidat. Dette krever grundige forberedelser.

Det er ikke sikkert intervjuet vil foregå på et kontor, det kan være du blir invitert til et intervju på Teams, Skype, Zoom eller et annet videointervju. Uansett må du være godt forberedt. Ha gjerne dine notater foran deg slik at det er lettere å komme inn igjen hvis du mister tråden.

Nedenfor finner du 5 tips som er viktige å reflektere over før et intervju.

- 1) ANALYSE
- 2) FOKUS
- 3) FORMIDLING/INNHold
- 4) FREMTREDEN
- 5) MOTIVASJON

Det er viktig at du øver deg på å svare på ulike spørsmål som kan dukke opp i et intervju.

Vær godt forberedt og vær den beste utgaven av deg selv!



jobsøkerkurset.no

Jobbintervjuet

Du kan ikke få en jobb uten jobbintervju og intervjuer kan være forvirrende, stressende og tøffe.

Når du går inn i til et intervju, vet du aldri hva du vil oppleve.

Du vet aldri om det kommer til å bli en vennlig, varm samtale eller om du kommer til å bli pepret med spørsmål.

Du må være klar, uansett!

De fleste mennesker er ikke så komfortable eller trygge i intervjuer som de kunne ha vært. Er du en av dem?

Ikke bekymre deg-vi kan hjelpe!

«Smart jobsøking» kurset viser deg hele jobsøkerprosessen steg for steg.

Du finner blant annet;

- Hvordan forberede seg til et jobbintervju
- Hvordan svare på intervju spørsmål
- Hvordan komponere dine egne innsiktsfulle spørsmål
- Hvordan følge opp etter et intervju
- Hvordan forlate intervjuet med et sterkt inntrykk
- Hvordan overbevise din fremtidige leder at du er den perfekte kandidaten for jobben!

OG MYE MER

Det er en komplett pakke, alt fokusert på å få deg frem til intervjuet, la deg skinne på intervjuet og få deg den jobben du fortjener.

<https://jobsøkerkurset.no/produkt/smart-jobsøking/>



jobbsøkerkurset.no



SANNHETENS ØYEBLIKK!

Etter å ha ventet i spenning en tid, kommer svaret du venter på. Det er kun 2 utfall av intervjuer, det ene er selvsagt at du har fått jobben, og du får beskjed om at du vil få et tilbud. Det andre utfallet kan dessverre være at du ikke fikk jobben og at du får en takk for interessen og et lykke til videre.

Dersom du ikke får jobben bør du be om en mer utdypende tilbakemelding fra den eller de som intervjuet deg, slik at du kan ta lærdom av dette, og forberede deg til neste mulighet.

Det kan være at du får et svevende svar som at det var mange kandidater, stor konkurranse og små marginer som skilte deg og den som til slutt ble valgt ut.

Du skal selvsagt ikke godta et slikt svar. Det er selvsagt viktig for deg å vite om det var kompetanse, erfaring, egenskaper, motivasjon eller måten du fremsto på i intervjuet som gjorde utslaget. Men ikke vær uhøflig, da får du ikke de riktige svarene. Fortell at dette er viktig for deg, slik at du kan fremstå som en bedre kandidat ved en annen anledning.

Det bør imidlertid ikke være et nederlag at du ikke fikk akkurat denne stillingen. Hvis din kompetanse, egenskaper, erfaring eller motivasjon ikke var helt i henhold til arbeidsgiverens forventninger, kan det være at dette var feil stilling for deg, og at du ville ha mistrives i stillingen.

Du kan ta med deg læringen fra denne prosessen, og de tilbakemeldingene du fikk, og være stolt av deg selv at du faktisk kom til finalen.

Neste gang er det din tur.



Husk: ansetter de deg ikke, fortjener de deg ikke!



jobbsøkerkurset.no



Jobbtilbud

De fleste rådgivere vil fortelle deg at du aldri må avsløre dine lønnskrav i et intervju. Som mange karriererådgivere sier, «dette er greit i teorien, men nesten umulig i praksis.»

Når intervjueren spør deg direkte, hva har du tenkt å si? «Jeg beklager, men jeg ønsker ikke å svare på det spørsmålet» vil trolig ikke bli tatt godt imot!

Nøkkelen er å være ærlig, men å gi så mye rom som mulig.

Det er to ting å huske på her:

1. Det er trolig at de ønsker å gi deg en lønn som ikke er for lav for deg. I utgangspunktet er det ingen vits å kaste bort tid hvis denne jobben ikke oppfyller dine inntekts behov.
2. På den annen side, trenger du ikke å fortelle Intervjuer noe sånt som «Vel, jeg må ha minst kr 450 000.» Selskapet kan ha et budsjett til å betale kr 500 000 eller høyere, men svaret ditt kan føre til at de tilbyr deg kr 450 000, noe som betyr at du er blitt «lurt» på kr 50 000.

Så hva kan du gjøre for å sikre at du oppgir minimumslønnskravene uten å begrense den potensielle oppsiden? F.eks. Jeg forventer en konkurransedyktig lønn som gjenspeiler min erfaring og ferdigheter, og jeg er åpen for å diskutere dette nærmere.

Bli alltid enig om lønn før dere diskutere andre goder. Vær alltid edruelig i forhold til dine lønnskrav.

Du kan også be om å hilse på de menneskene du skal jobbe sammen med, slik at du får et inntrykk av disse før du signerer.

Lykke til!