

Effektivt Mentorskap



Foto, Catharina Sundström Larsson

En handbok med lektionsupplägg i syfte att skapa motivation, att ge elever kunskap om samhälle och arbetsliv.

Eskilstuna september 2019

Kära läsare och användare,

Vad roligt att du läser och förhoppningsvis också kommer att använda det här materialet i din undervisning!

Under åren 2017–2019 fick vi möjligheten att driva ett projekt som finansierades av ESF, Europeiska Sociala Fonden, och Barn – och utbildningsförvaltningen i Eskilstuna kommun. Projektet fick namnet Effektivt Mentorskap och handlade om att ett antal nyanlända elever på Språkintruktionsprogrammet på S:t Eskils gymnasium fick möjlighet att under ett års tid få en mentor utanför skolan. Mentorn var en tidigare elev på från ett Språkintruktionsprogram, som idag har arbete eller studerar och själv har erfarenhet av att vara ny och ung i ett nytt land med nytt språk och kultur. Både mentorer och elever fick under året delta vid fem utbildningsträffar med olika teman. Innehållet i de olika tematräffarna framtogs i samarbete med företaget Credaor AB, My Dream Now.

Efter projekttiden önskar vi att innehållet i dessa tematräffar används av många lärare och elever och det är inte riktat till att bara användas för nyanlända ungdomar. Det är fullt möjligt att använda för alla ungdomar i Sverige.

Vi hoppas du och dina elever får mycket glädje och användning av det här materialet och det står dig fritt att anpassa det till dig och din elevgrupp.

Lycka till med dina lektioner

Catharina Sundström Larsson & Saman Abdoka

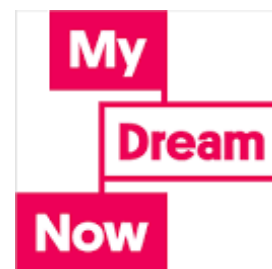
Stort tack för ett gott samarbete



EUROPEAN UNION
European Social Fund



**Eskilstuna
kommun**



Innehåll

Börja drömma	4
Hur får man jobb?	6
Ha kul på fritiden!	9
Söka och få bra jobb	11
Vad finns det för jobb?	14
Bilagor	16
Bilaga 1 <i>Våga drömma</i>	16
Bilaga 2 Begrepp för jobb.....	17
Bilaga 3 Checklista för att ta sig till jobb	19
Bilaga 4 CV.....	21
Bilaga 5 Personligt brev.....	23
Bilaga 6 Yrkeslappar	25

Börja drömma

Syfte:

- Eleverna ska formulera vision av sin framtid. Hitta förebilder och inspiration.
- Kompetens att välja och prioritera.
- Stärka självkänslan.

Citat: Dröm mer än andra anser realistiskt!

Material:

- Magasin, tidningar med mera att klippa ur
- Många olika tidningar med olika sorters bilder och texter (reklamblad, resetidningar, möbeltidningar)
- Saxar, limstift, färgpennor och stora papper (A3)

Check in: Berätta om varför vi gör det här och syfte med innehållet.

Introduktion:

- Läs texten *Våga drömma* (bilaga 1)
- Diskutera texten

Introducera uppgiften:

- Vad kan man drömma om? Vad vill du prova på, lära dig. Göra någon gång, resa till, vad vill du kunna köpa?
- Något i tidningarna som är engagerande, spännande, som är roligt att göra, något du blir glad av, må bra av. Texter, bilder
- Vad kan man drömma om det närmsta året, nästa år, när man bli äldre?
- Påpeka att det inte behöver handla om drömjobb, utan tänk drömmar i ett vidare perspektiv.

Collage:

Sitt i grupper om 3–4 elever med material vid alla bord, eleverna klipper, ritar, målar, skriver sina collage.

- Se drömcollagen som ett verktyg för att gemensamt undersöka, Vad skulle man kunna drömma om? Ge underlag för att prata med varandra, ställ frågor: Vad tänker du med den bilden? Vart skulle man kunna resa? Vart skulle man kunna bo om man fick drömma? Vad skulle man kunna göra för roligt på fritiden? Vad kan man bli bra på? Vad behövs i världen? Vad kan man jobba med som gör andra glada?

Alla skriver sina namn på collagen och de som vill (helst alla) presenterar sina drömmar för gruppen, antingen i mindre grupper eller i helklass.

Att tänka på:

- Det kan bli lite rörigt och det kan ta tid för eleverna att komma igång, stötta genom samtal för de elever som tycker det är svårt.
- Ställ frågor, Vad är en dröm? Varför kan drömmar vara bra? Vilka drömmar tror du vuxna/kända personer har. Ta chansen och prata individuellt med eleverna, låt även de ställa frågor till dig.

Kom ihåg: Det viktiga är inte resultatet utan att eleverna börjar processen att börja drömma.

Sätt upp collagen i klassrummet. Be eleverna fota sina collage.

Avslutning:

- Diskutera betydelsen av drömmar. Att berätta om sina drömmar ger andra möjlighet att hjälpa till med steg på vägen mot drömmen. Drömmar kan ändras när man lär sig mer om andra saker. Du drömde säkert om andra saker när du var liten.
- Hur ska man göra för att nå sina drömmar?

- **Check out:** Hur kändes den här uppgiften? Använd gärna [mentimeter.com](https://www.mentimeter.com), [Answergarden.sh](https://www.answer.garden)

- Uppmuntra eleverna att söka information, drömma om sin framtid. Sätt gärna upp mål: ha kollat upp något om någon av drömmarna på nätet inför nästa lektion. Det är första steget mot målet.

Ni är bra, ni duger fint som det är, våga drömma, kämpa för att nå era drömmar!



<https://pixabay.com/sv/photos/dr%C3%B6mmar-motivation-anteckningar-3405257/>

Hur får man jobb?

Syfte:

- Förståelse för arbetslivet, ta kontakt.
- Förstå hur man söker jobb, förstå hur arbetsgivare tänker, förstå vad som krävs att få jobb.
- Förstå vikten av erfarenhet utanför skolan.
- Förstå nätverk, kontakt med andra, hjälpa andra så hjälper de dig.
- Känn efter: Vad är viktigt för mig? Vad är mina styrkor?
- Attityd – jag vill, jag kan, jag duger

Förslag på studiebesök eller besök till skolan: Bemanningsföretag, Arbetsförmedlingen, någon arbetsplats, kommunhuset, kommunens näringslivsutvecklare,

Citat: Det är aldrig försent att bli det du kunde ha blivit

Material:

- Lappar med begrepp för jobb (bilaga 2)

Check in:

- Hör efter hur det är i skolan, mycket läxor, prov, hämt något särskilt som någon vill berätta.
- Är det svårt att fokusera på skolan? Är det svårt att arbeta hemma med skoluppgifter?

Introduktion: Berätta om lektionen där syftet är att förstå arbetsmarknad.

Diskutera: Är betyg i skolan ett betyg på hur man lyckas i livet? Finns det jobb för unga? Skapa sitt eget jobb, starta eget företag?

Diskutera i grupper om 3–4 elever:

- Om du ska hjälpa en kompis att söka jobb i en klädaffär, hur gör man då? Hur tar man kontakt om de inte annonserar om jobb?
- Om du ska hjälpa en kompis att söka jobb som ingenjör, hur gör man då? Vilka erfarenheter förutom utbildning till ingenjör är värdefulla?
- Hur tänker chefer?
Diskutera resultaten i klassen.

Att tänka på när man tar kontakt med arbetsgivare: Ringa, fråga vem som anställer, när är hen där, fråga om ett möte, ni vill veta mer om jobb hos dem. Kom ihåg att be om namn på den du har pratat med.

Målet med mötet: Ni vill komma dit för att få veta mer om hur det är att jobba där, vad som krävs för att få ett extrajobb och hur söker man.

Vägen till jobbet – övning

Slå ihop två grupper från förra övningen.

Introducera övningen:

- Vilka vägar kan ta för att få jobb?
- Hjälpa en ungdom som vill få jobb som
- Arbete inom FN
- Arbete som spelprogrammerare

Lägg ut lapparna med de olika begreppen (bilaga 2)

- Lägg arbetet högst upp och eleven längst ner
- Diskutera vilka begrepp/ faktorer som är viktigast och lägg dem i mitten.
- Ta bort de begrepp/faktorer ni inte tror är viktiga för det aktuella jobbet
- Diskutera vilken ordning de kommer.

Låt grupperna berätta hur de resonerade.

Nätverk – kontakter

Samtal i helgrupp

- Hur får man kontakter i arbetslivet?
- Sociala medier – hur får vi kontakter digitalt? LinkedIn, bemanningsföretag, titta på olika hemsidor och skapa konto

Rollspel

Introducera övningen – informationsintervju – på bilverkstad, äldreboende

- Ni har ringt, frågat vem som anställer, bokat ett möte. Ni vill komma dit för att få veta mer om hur det är att jobba där, vad som krävs för att få extrajobb, hur söker man.

Vi ska visa på två exempel, två elever kommer till arbetsplatsen och träffar chefen.

Först ett exempel med dålig attityd och kroppsspråket, börjar fråga om lön osv

- Fråga eleverna: Vad fick chefen för intryck? Vad ställde den som sökte jobbet för frågor? Hur kan det göras bättre?

Be sedan två eller fler elever göra om rollspelet.

Diskutera:

- Vad ska man tänka på när man besöker en arbetsplats, träffar en chef?
- Är det bara viktigt vid första träffen? Attityd när man är på jobbet?
- Vad kan mer vara viktigt? Hur man är klädd? Mobil? Hur hälsar man? Ögonkontakt? Tacka alltid ja till kaffe/te eller vatten, småprata (trevligt här, hur många jobbar här? Vad kan man förvänta sig från arbetsgivaren? Vad är viktigt att tänka på? Varför är det viktigt?)

Check out: Vad var bäst med den här lektionen? Vad har du lärt dig?

Sätt mål – boka och genomför tre träffar med nya kontakter i arbetslivet eller någon annan till nästa gång.



<https://pixabay.com/sv/illustrations/checklista-att-g%C3%B6ra-lista-gjort-2398890/>

Ha kul på fritiden!

Syfte:

- Inspirera till erfarenheter utanför skolan. Förstå värdet av organiserade aktiviteter – ger erfarenhet, referenser, viktigt för första jobbet.
- Stärka självkänsla, självförtroende utmana rädsla och trygghet, våga prova något nytt.
- Öka självkännedom, värderingar.
- Söka inspirerande förebilder.
- Värde av att hjälpa varandra, samarbeta.

Förslag på studiebesök eller besök till skolan: Studieförbund, Röda korset, Rädda Barnen, skolans FN-förening, någon idrottsförening,

Citat: Mod är att göra det du inte vågar.

Material:

Pennor och färgpennor

Dator/surfplatta/mobil för eleverna

Saker/bilder som representerar fritidsintressen (6st) från lärare på skolan.

Frågesport fritidsintressen 6 ex, lika många som föremål

Bilder för inspiration

Dator

Länkar till hemsidor, föreningar

Check in: Har någon letat efter jobb? Kontaktat något företag? Berätta om dagens lektion och syfte.

Övning: Frågesport – Duellen

- Lägg saker som representerar ett intresse för några lärare på skolan som eleverna känner igen, 6 st på olika bord Det kan vara något man gör idag, eller från tidigare. Exempelvis en liten boll, musikinstrument, dräkt, sko, schackpjäs. Gärna något man kan ta på i annat fall en bild.
- Dela in eleverna i lika många grupper som det finns föremål.
- Eleverna ska skriva vad det är för föremål, vad den används till och vem som har eller haft det som intresse.
- Varje grupp får börja på en station och svara på frågorna, ca 1 min, byt sedan tills alla grupper har varit vid alla stationer.

Gå igenom alla svaren och berätta om de olika intressena och vem som har det intresset. Om det är möjligt gör en duell om någon till exempel spelar fotboll om vem som klarar flest kickar.

Låt eleverna prova att rulla en golfboll i ett glas, läsa högt ur en bok, spela instrument, sticka ett par maskor.

Diskutera:

- Varför ska man göra saker utanför skolan? Räcker det inte att chilla och göra saker med kompisar? Vad är en förening och varför ska man vara med? Hur kan ha roligt i en förening? Varför ska man bry sig om man inte får betalt?
- Diskutera kända eller lokala förebilder? Vilka från ert område ser ni upp till? Vad tror ni de har gjort mer än att gå i skolan?

Övningar – Hitta kul saker att göra!

Introduktion: Tänk att det kommer en ny elev till området eller klassen. Vilka tips kan ni ge om olika kul saker att göra på fritiden? Organiserat, det vill säga inte själv med kompisar utan i föreningar, fritidsgårdar, i området, i stan? Exempel: musik i orkester, sjunga i kör, teater, konst, IT, idrott i olika föreningar, scouter, något ni vill förändra, politiskt engagemang.

Gruppövning: Kom på så många aktiviteter som möjligt.

Yogaövning

Introducera: Det är viktigt med rörelse för att må bra och för hjärnan, kroppen är gjord för rörelse, inte att sitta still hela dagarna. Det är också viktigt med avkoppling för hjärnan, att inte tänka, men det kan vara svårt.

- Se ett kort klipp på Youtube:
- https://www.youtube.com/watch?time_continue=30&v=dFOK5A-P4nw
- <https://www.youtube.com/watch?v=9dL78ORQH2w>

Diskutera: Hur kändes det? Hur gör du för att slappna av hemma?

Mindre grupper

Övning - Mod och motivation

Introducera, dialog med klassen:

- Kommer ni att ge er iväg och prova på det som känns kul nu? Vad hindrar er?
- Dela med av egen erfarenhet när man gjort något trots rädsla, vart har du fått pepp ifrån, vem/vilka kan man få pepp ifrån, hur kan man stötta varandra?

Övning: Ni ska hjälpa en kompis som vill prova en ny sport/aktivitet.

- Några av eleverna i gruppen som vill ha pepp och stöd att börja på en aktivitet.
- Om någon inte vill: Skriv en fritidsaktivitet på en lapp – ni ska hjälpa en kompis att börja med den fritidsaktiviteten.
- Hur kan ni hjälpa hen att faktiskt göra det? Hitta en kompis att gå med? Hur kan man hjälpa varandra? Be äldre syskon eller en vuxen att följa med? Vart finns information om aktiviteten? Hur övertalar man föräldrar att man vill göra det?
- Hur blir man modig? Vad händer om man inte blir det?

Check out: Hur kändes den här lektionen? Kan du tänka dig att prova på en ny aktivitet?

**Kom ihåg,
ni är modiga och ni kan!**

Söka och få bra jobb

Syfte:

- Förstå arbetsmarknaden och yrkeslivet
- Förstå vad som krävs för att få ett jobb - ansökan, CV
- Förstå hur en anställningsintervju går till
- Förstå nätverk, socialkompetens, att själva ta kontakt
- Öka självkänsla och självförtroende

Förslag på studiebesök eller besök till skolan: Rekryteringsenheten, bemanningsföretag, Arbetsförmedlingen

Citat: Våga ta det första steget i tro. Du behöver inte se hela trappan, bara första trappsteget
(Martin Luther King)

Material:

- Papper och pennor
- Dator/surfplattor
- Checklista för att ta sig till jobb (bilaga 3)
- Exempel på CV och personligt brev (bilaga 4 och 5)

Check in:

- Vad har hänt sen sist?
- Har ni gjort något kul på fritiden?
- Har ni provat på någon ny aktivitet?
- Berätta om dagens tema.

Söka och få extrajobb/sommarjobb – var, hur?

Diskutera i mindre grupper

- Var kan man jobba? Skriv så många ni kan komma på
- Yrken och arbetsplatser

Vi skriver upp på tavlan vad de kommer fram till. Diskutera vidare, välj ut några jobb som verkar intressanta.

- Vad krävs för att få de jobben?
- Hur söker man de jobben?
- Vad är ett bemanningsföretag?

Diskutera i helklass:

- Vad kom ni fram till? Någon som har extrajobb? Vad har ni då för jobb? Hur fick ni jobbet?
- Ge exempel på extrajobb. Berätta om dina egna erfarenheter, ditt första sommarjobb och hur du fick det.
- Dela ut ”checklista för att ta sig till jobb” (bilaga 3), gå igenom.

Diskutera i helklass:

- Är det någon som söker jobb? Kan vi använda tipsen vi har här? Hur / var söker man information om jobb? -Googla, sociala medier och sök information om ett par jobb, använd gärna de jobsiter som står på checklistan.
- Berätta för de du känner att du söker jobb och vad du vill. Våga fråga, våga ta kontakt, använd sociala medier.

CV och personligt brev. LinkedIn – CV på nätet

Genomgång helklass:

- Vad är CV och personligt brev? Vad skriver man? – Visa exempel/mallar (tänk på mailadressen, profilbild på olika sociala medier, lämna meddelande på mobil)
- Vad är referens? Vem kan vara referens?
- Berätta om värdet av engagemang i föreningar, idrott, ideella engagemang
- Vad är LinkedIn?

Övning:

- 1: Börja titta på CV, ge feedback till varandra.
- 2: Googla på olika bemanningsföretag. Skapa konto.
- 3: Lagg upp profil på LinkedIn, hjälp varandra ge feedback och tips om kontakter att lägga till, företag att följa.
- 4: Skriv förslag på personligt brev till jobb som ni söker.

Anställningsintervju – rollspel i grupper om tre elever

Två elever spelar chefer/rekryterare som intervjuar en elev som söker ett jobb. De som är chefer/rekryterare förbereder sig så de kan:

- Berätta om företaget
- Deras roller i företaget
- Vad det är för jobb
- Vara beredda på frågor som den sökande har

Genomför rollspelet

Diskutera i helklass:

- Hur gick det? Vilka frågor ställdes?
- Hur förbereder man sig för en anställningsintervju? Vad kan man få för frågor?
- Vilka frågor kan man själv ställa?
- Annat att tänka på? Attityd, kroppsspråk
- Hur tänker en chef som ska anställa? Hur skulle du tänka om du var chef?

Check out: använd gärna [mentimeter.com](https://www.mentimeter.com), [answergarden.ch](https://www.answer.garden),

- Hur kändes det här? Vad var bra? Varför gjorde vi det här?
- Dagens stjärna – det bästa från idag, något som var extra värdefullt eller tänkvärt?

**Attityd är viktigt
Jag vill, jag kan, jag duger!**



<https://pixabay.com/sv/illustrations/intervju-jobb-ikon-1018333/>

Vad finns det för jobb?

Syfte:

- Förstå olika vanliga yrkesroller i näringslivet och vad som krävs för att komma dit.
- Förstå hur företag samarbetar.
- Förstå att vissa yrken är specifika för en viss bransch medan vissa yrken finns hos många arbetsgivare.
- Arbetsmarknaden förändras och att många byter arbetsgivare och yrke under livet.
- Syftet med att gå i skolan - koppling till jobb.

Förslag på studiebesök eller besök till skolan: Bjud in någon från Skogaholms bageri som kan berätta om företaget eller något annat större företag exempelvis VOLVO, ASSA

Citat: Sikta mot månen. Om du skulle missa, så landar du bland stjärnorna. (Les Brown)

Material:

Tejp, häftmassa att fästa lappar på tavlan

Skogaholmsbullar eller något annat bröd/kaka som finns i er närhet eller som eleverna känner till

Post-it

Yrkeslappar (bilaga 6)

Check in:

Vad har hänt sen sist?

Vad gjorde vi? Har någon sökt jobb? Tittat efter jobb? Skrivit CV/personligt brev?

Berätta vad vi ska göra idag? Syfte med lektionen.

Diskussion:

Hur ser arbetsmarknaden ut – Vad behövs nu och i framtiden?

Börja med att eleverna sitter två och två och diskuterar:

Inom vilka yrken är det lättast att få jobb? Vilka arbetsgivare behöver anställa? Vilka jobb behövs nu? Vilka jobb behövs i framtiden?

Diskutera i helgrupp:

- Arbetsgivare behöver ungdomar till många jobb. Det är exempelvis brist på ingenjör, plåtslagare, kock, säljare, sjuksköterskor, elektriker
- Arbetsmarknaden **förändras**, nya jobb dyker upp, andra försvinner. Ge exempel på jobb som försvunnit/minskat.
- Arbetsförmedlingen har prognoser för olika yrken
<https://arbetsformedlingen.se/for-arbetssokande/valj-yrke/framtidsutsikter>
- Allastudier.se har listor på medellöner:

Övning, ”Vilka jobb behövs för att vi ska köpa bullarna?”

Yrken i en värdekedja – vanliga jobb i privat näringsliv

Introduktion: Håll upp en påse med bullar. Varifrån kommer det? Vilka har jobbat med att ta det hit? Vilka företag samarbetar? Vilka yrken samarbetar?

- Skriv företag som samarbetar på tavlan.
- Eleverna får lappar med yrken (bilaga 6), gruppera de yrken som behövs på ett företag som bakar bullar. Vilka jobb är närmast bullen och vilka jobb är längst bort från bullen?
- Gör en gemensam presentation på tavlan och sätt upp lapparna och diskutera vad eleverna kommit fram till.
- Avsluta med reflektion – Vilka jobba verkar roliga?

Övning: Ovanliga jobb

Sitt i mindre grupper, kom på så många ovanliga jobb som möjligt.

Till exempel, pianostämmare, eldslukare, dykare, stuntman, cirkusartist
Skriv på post-it lappar och sätt upp på tavlan.

Reflektion:

- Vilka jobb verkar givande, spännande, välbetalda, roliga, farliga?

Check out: Vad var bäst idag?

**Kom ihåg,
Underskatta inte dig själv genom att jämföra dig med andra. Det är våra likheter som gör oss unika.**



Foto, Catharina Sundström Larsson

Bilagor

Bilaga 1 *Våga drömma*

”Skriv en uppsats om dina drömmar.” Den uppgiften har många skolelever fått genom åren, och så även Tommy, som gick i en liten byskola någonstans i Sverige på 50-talet.

Tommy hade mycket att drömma om, men väldigt lite att bygga sina drömmar på. Hans familj var fattig, och hade fått flytta ofta eftersom de var tvungna att flytta dit Tommys pappa kunde få arbete. Så Tommy hade få riktiga vänner och var hopplöst efter i skolan. Men drömmar hade han.

Den här kvällen slet Tommy hårt med sin uppsats. ”När jag blir stor ska jag bli konstnär och bo i en stuga på landet som jag själv har byggt.” Tommy ritade noggranna skisser över hur huset skulle se ut, han var mycket nöjd när han dagen efter lämnade in sin uppsats till läraren.

Tre dagar senare fick han tillbaka uppsatsen med ett stort rött E uppe i hörnet. Lägsta möjliga betyg! När lektionen var slut gick Tommy fram till läraren och frågade varför han fått ett E på sin uppsats.

” Det här är en helt orealistisk dröm för en grabb som du. Du är fattig, saknar nästan helt utbildning, har ingen konstnärlig talang och vet ingenting om att bygga hus, Om du skriver om uppsatsen med en mer realistisk dröm, så ska jag ompröva betyget.”

Tommy visste inte vad han skulle göra. Han funderade hela vägen hem, och på kvällen innan han somnade frågade han sin pappa vad han skulle göra. Pappan slog sig ner på Tommys sängkant och tittade allvarligt på honom.

”Det är din dröm, Tommy, svarade han. Det är du som måste bestämma hur viktig den är för dig.”

Nästa dag lämnade Tommy in samma uppsats igen. ” Du kan behålla betyget så behåller jag min dröm.”

Trettio år senare berättar Tommy den här historien för tjugo barn som kommit på besök för en veckas målarkurs.

” Det här berättar jag för er eftersom ni nu sitter i ett hus på landet som jag själv har byggt, och i morgon ska jag visa er utställningen med tavlor som jag har målat. Om ni tittar ovanför den öppna spisen så ser ni min uppsats inramad. Den påminner mig om att jag inte ska ge upp mina drömmar. Och ni ska inte heller låta någon stjåla era drömmar.”

Ur, *Det är aldrig kört!* Argument Förlag 2001. www.argument.se

**CHEF FÖR
SPELPROGRAM-
FÖRETAG**



**IDROTT
FÖRENINGSLIV**

UTBILDA SIG SJÄLV

- YOUTUBE
- BÖCKER

**INTERN-
UTBILDNING**

**PRAKTIK
VOLONTÄR**

**RINGA MEJLA
SPONTANA
ARBETSGIVARE**

SOCIALA MEDIER
TEX LINKEDIN

REFERENSER

BRA BETYG

EXTRAJOBB
SOMMARJOBB

ELEV



Vet du vad du vill jobba med efter skolan? Vilken bransch/verksamhetsområde är du intresserad av? Kan du hitta något extrajobb nu som ger värdefull arbetslivserfarenhet? Eller, vill du bara ha ett jobb och tjäna lite pengar? Det är bra eftersom de flesta jobb kan ge goda erfarenheter som kan komma till nytta senare i livet.

Vad kan du göra utan att få betalt som ger bra erfarenhet och kontakter? Idrott, musik, politiskt engagemang, ideella uppdrag i föreningar, praktik utan betalning, barnvakt. Alla sådant är värdefullt på ditt CV.

1. Vad kan man jobba med? Var och hur vill du jobba? Vad är viktigt för dig?

- Skriv ner alla jobb och arbetsgivare du kan komma på (se exempel på nästa sida).
- Fråga alla du känner om tips på jobb. Fråga vad som är bra och mindre bra med jobben.
- Prata med arbetsgivare eller personer du känner som har jobb om vad det innebär att jobba hos dem? Vad kan man göra? Vad krävs det för att jobba där? Vilka av dessa är du mest/minst intresserad av?
- Vad är du bra på? Var och hur vill du jobba? Fundera, hur viktigt är det för dig med lön, restid, arbetsmiljö (utomhus/inomhus), jobba själv eller med andra, arbetstider, jobba på ett visst företag, jobba inom en viss bransch, jobba hos en viss arbetsgivare.
- Sök och skriv en lista på många arbetsgivare/företag som passar dig bäst. Gå in på arbetsgivaren/företagets hemsida och se om de söker sommar- och/eller extrajobbare. Hur vill de att man ansöker? Leta reda på kontaktpersoner, namn, telefonnummer, mailadresser och skriv in det i din lista.

2. Förberedelse

- Skriv CV och personligt brev. Be en vuxen, lärare, syskon, kamrat att läsa igenom.
- Se över dina kontakter om du känner någon, eller någon som känner någon som arbetar för en arbetsgivare som du är intresserad av.
- Berätta för andra att du söker jobb och vad du är intresserad av. Dela på sociala medier, be om tips från vänner och bekanta.
- Lägga upp en profil på LinkedIn, där skriver du in ditt CV och lägger till dina kontakter.
- Sök efter bemanningsföretag och skapa konto.

3. Ta kontakt, -ring, mejla och besök många

- Ring arbetsgivare, fråga efter personalchefen eller den som ansvarar för att anställa. Se hur man ansöker hos dem.
- Tänk, hur kan jag hjälpa dem? Presentera dig och vad du är intresserad av. Om de har en annons, fråga specifikt om det jobbet. Berätta att du verkligen är intresserad av dem, att du finns tillgänglig och att du gärna skulle arbeta hos dem.
- Fråga om möjlighet att träffas. Fråga om mejladress för att skicka CV och personligt brev. Ta namnet på den du pratar med.
- Fråga vad som krävs för att få jobb och hur man ansöker, om de kallar till intervju.
- Skicka mejl om du inte får tag på personer på telefon. Prova att ringa igen efter ett par dagar och hänvisa till ditt mejl.
- Om du tänkt besöka till exempel en butik, ett café, ring gärna innan. Fråga vem som ansvarar för rekrytering och när den personen är på plats. Kom ihåg att fråga om namnet på den du pratar med. Sedan kan du gå dit, tala om att du pratat med den personen och säga att du skulle träffa den personen som ansvarar för rekrytering. Förbered frågor, ta med CV som du lämnar vid slutet av samtalet.

4. Skicka ansökan

- Ta reda på hur man ansöker hos den arbetsgivaren. Ofta skriver man ett personligt brev i mailet och bifogar ett CV. Anpassa ansökan efter jobbet och arbetsgivaren. Ibland sker ansökan på andra sätt, till exempel genom att fylla i ett webbformulär.
- Skriv gärna att du har pratat med den personen du har haft kontakt med på telefon eller mail.

5. Följ upp ansökan

- Om du har sökt på en annons, vänta ca en vecka, ring och fråga om de har sett din ansökan och fråga hur de går vidare.
- Om du har skickat in en spontanansökan, vänta några veckor innan du hör av dig och frågar om behovet hos dem.
- OBS! Undvik att ringa för många gånger, det kan uppfattas som tjatigt.

6. Intervju

- Läs på om arbetsgivaren/företaget, förbered svar på frågor, skriv egna frågor i ett anteckningsblock som du tar med dig. Kom tid, lägg undan mobilen, se glad ut, titta i ögonen, anteckna svar och viktig information under intervjun. Tacka!

Exempel på sommarjobb och extrajobb

Jobb	Arbetsgivare/företag - exempel
Brevbärare, reklamutdelare	Postnord, Bring, Svensk direktreklam
Event/evenemang (konserter, idrottsevenemang)	Bemanningsföretag, till exempel peoplepartner.se
Jordgubbsplockare, andra säsongsjobbare i jord- och skogsbruk	Leta efter annonser, sök företag på nätet, kontakter
Kundtjänst	Energi, tele och bredbandsbolag
Säljare - telefon	Säljföretag, telemarketing, bemanningsföretag
Säljare – jordgubbar, marknader	Mindre företag, bemanningsföretag
Butiksbiträde	Klädbutiker, matbutiker
Café, restaurang – servering, disk	Caféer, restauranger, hotell
Reception	Hotell, vandrarhem, camping
Städning på företag, rumsstädning	Städföretag, bemanningsföretag, mindre företag
Vårdbiträde, äldrevård	Vårdföretag, kommun, landsting
Fastighetsförvaltare – vaktmästare, parkarbete	Fastighetsbolag, kyrkogårdar, vandrarhem, camping
Kommunen – parkarbete, skola, barnomsorg, fritid	Kommunen
Bygg, sanering	Byggföretag, saneringsföretag
Industrijobb	Verkstad, fabrik, bemanningsföretag
Lager, order, packning	Bemanningsföretag, företag med lager

Jobbsiter

Jobb.blocket.se

Sommarjobb.se

Stepstone.se

Careerbuilder.se

Monster.se

Jobbaextra.se

jobsafari.se

arbetsformedlingen.se

Bemanning och rekryteringsföretag

Manpower.se

lernia.se

adecco.se

ranstad.se

Amendo.se (ekonomi)

poolia.se

proffice.se

swesale.se (försäljning)

Googla "bemanning"...

Här kan du läsa om dina rättigheter när det gäller jobb: <http://ung.lo.se>

CV

Förnamn Efternamn

Gatuadress

Postadress

Telefonnummer, mailadress

Målsättning

Här kan du skriva vad du har för mål med dina studier eller arbete

Erfarenheter

Sommarjobb (var, företagets namn)

Sommaren 2019 (när)

Tänk på allt vad du gör och har gjort, barnvakt, hjälper till i någon förening.

Utbildning

Här skriver du om din utbildning.

Språk

Här skriver du om dina språkkunskaper.

Datorkunskap och sociala medier

Här skriver du om dina kunskaper inom data (Word, Powerpoint), Facebook, Instagram, LinkedIn.

Referenser

Kontaktuppgifter för referenser som du lämnar vid förfrågan.

Förnamn Efternamn

Bostadsadress
Postadress
Telefonnummer och mejladress

Personliga egenskaper

Här skriver du om dina förmågor, styrkor.

Erfarenheter

Tänk på allt vad du gör och har gjort, barnvakt, hjälper till i någon förening.

Utbildning

Här skriver du om din utbildning.

Språkkunskaper

Här skriver du om dina språkkunskaper.

Datorkunskaper

Här skriver du om dina kunskaper inom data.

Intressen

Här skriver du om dina intressen. Vad tycker om att göra på fritiden.

Referenser

Kontaktuppgifter för referenser som du lämnar vid förfrågan.

Syftet med ett personligt brev är att du ska få möjlighet att berätta om dig själv och dina erfarenheter, dina mål och vad som lockar dig till den arbetsplats som du söker jobb hos, det vill säga du ska skriva sådant som inte får plats eller passar i ett CV. Som ung är det ibland svårt att skriva CV eftersom du inte har hunnit få så mycket arbetslivserfarenhet. Och just då är ditt personliga brev extra viktigt och ger dig ett utmärkt tillfälle att visa dina andra egenskaper och förmågor.

Här följer några frågor som är bra att fundera över och inspireras av innan du börjar skriva ditt personliga brev.

- Vad ska jag ha för rubrik för att fånga arbetsgivaren/rekryterarens intresse?
- Hur fick jag information om jobbet?
- Hur är jag som person och vilka egenskaper/förmågor kan vara betydelsefulla för jobbet?
- Vad har jag för erfarenheter som kan vara bra att skriva om?
- Varför vill jag jobba just här och vad vet jag om företaget?
- Vad kan jag bidra med på arbetsplatsen?
- Vad har jag för förväntningar och målsättningar med jobbet?
- Vad hoppas jag kunna lära mig av den här arbetsplatsen?
- Om jag skickar in en spontanansökan, när kan jag tidigast börja arbeta? Vilka tider kan jag arbeta?

Tänk på att ett personligt brev och ett CV behöver uppdateras eftersom du kan ha fått fler erfarenheter från andra jobb som du inte hade skrivit om tidigare eller att du söker jobb inom ett helt annat arbete. Med andra ord, det är viktigt att du anpassar ditt personliga brev för det jobb som du söker. Det är också bra om du försöker skriva kortfattat och håller dig till max en A4-sida så det är lätt för arbetsgivaren/rekryteraren att läsa igenom.

Förnamn Efternamn
Adress
Postadress
Telefonnummer
E-mejl

Ort och datum

Personligt brev

Som person är jag ...
Jag som person är ...

Jag tycker om att ...
På fritiden tycker jag om att
Mina intressen är ...

Jag söker jobb på ert företag för att
Jag såg er annons och blev ...

Jag är bra på ...

Jag skulle göra ett bra jobb hos er för ...

Nu går jag i ...

Tidigare har jag ...

Med vänliga hälsningar

Designer

Lokalvårdare

Redovisnings-
ekonom

Webb-
informatör

VD

Service-
tekniker

Butikschef

Kassör

Ingenjör

Processoperatör
fabriksarbetare

Lantbrukare

Traktor-
mekaniker

Fastighets-
skötare

Säljare

Personalchef

Kundtjänste-
medarbetare

Marknads-
förare

Fabrikschef

Elektriker

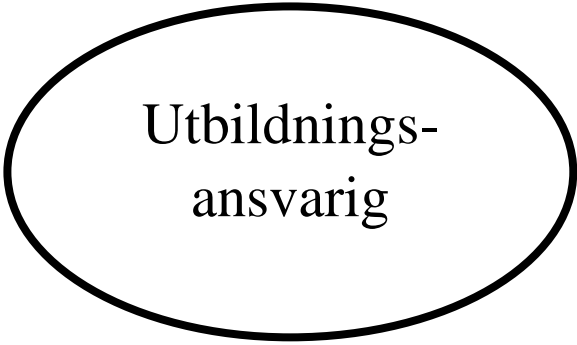
Lastbils-
chaufför

IT-tekniker

Banktjänste-
man

Receptionist

Truckförare



Nedan finns några tomma cirklar som du kan skriva egna yrken i om du vill.

