



Hur du lyckas med din anställningsintervju!

Ability© 2024

Målet med presentationen är att du:

- reflekterar över din senaste anställningsintervju, och över vad du gjorde som var bra och vad du kan göra bättre,
- tänker efter hur du kan förbereda dig bättre inför nästa anställningsintervju,
- funderar vad det kan vara som gör dig nervös och vad du behöver träna på,
- bestämmer dig för att ta hjälp av en vän eller din coach,
- reflekterar över vad du lärde dig av dagens presentation och hur du kan dra nytta av det du lärt dig i ditt jobbsökande.





Här är några **värdefulla tips** för att lyckas på en anställningsintervju:

1. Förberedelse är Nyckeln

- **Forskning om Företaget - Förstå Företagets Kultur och Värderingar:** Läs på om företagets historia, vision och mission. Vad är deras kärnvärden? Hur passar du in i deras arbetskultur?
- **Produkter och Tjänster:** Förstå vad företaget erbjuder. Vilka produkter eller tjänster tillhandahåller de? Varför är du intresserad av att arbeta där?



2. Öva på Svar

- **Vanliga Frågor:** Öva på att svara på vanliga frågor som “Berätta om dig själv”, “Vilka är dina styrkor och svagheter?” och “Varför vill du arbeta här?”
- **Använd STAR-metoden:** För beteendebaserade frågor, använd STAR-metoden (Situation, Uppgift, Åtgärd, Resultat) för att ge konkreta exempel från din erfarenhet.
- **Personlig Presentation - Hisspresentation:** Förbered en kort presentation om dig själv. Berätta om din bakgrund, kompetenser och vad du kan bidra med till företaget.
- **Varför Du?:** Var tydlig med varför just du är den bästa kandidaten för tjänsten.



3. Klädsel och Kroppsspråk

- **Visa Ambition:** Klä upp dig lite mer upp än du normalt skulle göra. Det visar att du tar intervjun på allvar.
- **Ögonkontakt:** Håll ögonkontakt med intervjuaren. Det visar självförtroende.
- **Handslag:** Ge ett fast och torrt handslag när du möter din potentiella arbetsgivare för första gången.
- **Hållning:** Sitt rakt och avslappnat. En bra hållning ger ett positivt intryck.



4. Under Själva Intervjun

- **Svara på Frågor:**
Var Konkret och Specifik: Använd exempel från din erfarenhet. Visa hur du har hanterat utmaningar och uppnått resultat.
- **Förbered Dig på Beteendebaserade Frågor:**
Exempel: “Kan du berätta om en situation där du löste en konflikt på arbetsplatsen?”
- **Ställ Egna Frågor**
- **Visa Intresse:** Fråga om företagskulturen, teamdynamik och möjligheter till utveckling. Det visar att du är engagerad och intresserad.



5. Efter Intervjun

- **Tacka för Möjligheten - Skicka Ett Tack-mejl:** Uttryck din tacksamhet för möjligheten att bli intervjuad. Bekräfta ditt intresse för tjänsten.
- **Sammanfattning**

Att lyckas på en anställningsintervju handlar om **självförtroende, förberedelse och äkthet**. Var dig själv, visa ditt engagemang och var redo att ge konkreta exempel på hur du kan bidra till företaget. Lycka till! 🌟



Olika former av anställningsintervjuer

Förutsättningslös
intervju

Videointervju

Telefonintervju

Gruppintervju

Panelintervju

Hisspresentation



Förutsättningslös intervju

- En träff utan krav, kanske en fika eller lunch på stan.
- Ett informellt möte.
- Går det bra kan det bli en riktigt intervju.
- Det är viktigt att vara bra förberedd, kunna sälja in sig själv och vara sitt bästa jag.
- Se till att ha läst på om företaget, hemsida, LinkedIn, Allabolag och Googla för mer info.



Videointervju

- Bra om jobbet är på en annan ort.
- Var bra förberedd.
- Sitt i en tyst och lugn miljö.
- Var noga med vilken bakgrund du har.
- Se det som en skarp intervju, var klädd som till en riktig intervju.
- Kolla all teknik så att det fungerar.
- Ha dina ansökningshandlingar till hands.
- Tänk på att titta in i kameran, ha ett bra kroppsspråk, ha vatten i närheten.
- Var dig själv.

Telefonintervju

- Förbered dig väl.
- Stå gärna upp och stå stadigt.
- Ha papper framför dig.
- Använd gärna handsfree om du brukar vifta med händerna.
- Andas lugnt och metodiskt.
- Låt rösten vara levande.

A photograph showing a group of people sitting around a table in a cafe. Two women are visible, one with long brown hair and one with dark hair, both looking towards the camera. They are sitting at a white table with a notebook and a glass of coffee. The background is a warm, lit cafe interior.

Gruppintervju

- Här är alla samlade som är utvalda på intervju för jobbet.
- Här testas hur du hanterar stress och vilken roll du tar.
- Viktigt att du är dig själv.
- Din kommunikation med andra bedöms.

Panelintervju

- Här är det flera rekryterare och beslutsfattare som ställer frågor till dig.
- Flera av dessa kan vara de du kommer att jobba med.
- Var dig själv, har du gjort jobbet kommer det att gå bra.
- Att vara nervös är ok, andas och ta det lugnt.



Hisspresentation

- Presentera dig med 3-5 meningar.
- Vad gör dig unik (för det här jobbet).
- Lyft fram bra saker:
Passionen för ditt arbete, något fantastiskt bra resultat du har skapat, vilka egenskaper du har i den bransch du söker till.
- Träna in ett bra slagkraftigt hiss tal.



Intervjuarens uppdrag

- Är du rätt person för jobbet?
- Kommer du att platsa i teamet?
- Vad kommer du att tillföra företaget?
- Känna in om CV:t stämmer överens med personen.



Ditt uppdrag inför intervjun

- Sök information om jobbet på flera ställen - ring gärna så får du även en personlig kontakt.
- Är det rätt företag för mig?
- Hur är deras företagskultur?
- Hur utvecklande kommer jobbet att vara?
- Hur ser företagets framtid ut?



Ditt kroppsspråk vid en intervju

- Du har skickat in en riktigt bra ansökan och blivit erbjuden att komma på intervju.
- Du är väl förberedd och har gjort din research. Du är redo.
- Någonting man däremot lätt glömmar bort är ens kroppsspråk under intervjun.
- Vad signalerar du egentligen?

I en nyligen genomförd studie har arbetsgivare angett de tio vanligaste kroppsspråksmissarna man lätt gör under en intervju:



Kroppsspråksmissar vid en intervju

1. Att inte ha ögonkontakt (upplevde 67%)

Om du undviker ögonkontakt kan du lätt uppfattas som opålitlig.

2. Att inte le (upplevde 39%)

Det är viktigt att skapa kontakt under en intervju.

Se däremot upp för att tvinga fram falska leenden, då ett uppenbart falsk leende inte ger det trevligaste intrycket.

3. Att leka med något på bordet (upplevde 33%)

Att hålla på och pilla med saker är typiskt för när du är nervös, men det är lätt att undvika.

4. Att ha dålig hållning (upplevde 30%)

Om du sitter alltför tillbakalutad eller slapt kan det signalera att du är ointresserad eller uttråkad.

5. Att skruva nervöst på dig (upplevde 30%)

Det är naturligt att vara nervös, men försök att sitta still.



Fler Kroppsspråksmissar vid en intervju

6. Att ha armarna i kors (upplevde 29%)

Med armarna i kors kan du verka stängd och defensiv.

7. Att pillar dig i håret (upplevde 27%)

Detta är ofta någonting du gör omedvetet. Att hålla i en penna kan alltid vara en bra lösning, vilket också passar utmärkt för när du vill göra anteckningar.

8. Att ha ett svagt handslag (upplevde 21%)

Det är också bra att anpassa ditt handslag något utefter vem det är du skakar hand med.

9. Att gestikulera för mycket (upplevde 11%)

Om dina händer och armar brukar vara långt utanför kan det däremot lätt bli lite för mycket.

10. Att ha ett för fast handslag (upplevde 7%)

Ett fast handslag är viktigt, men ett alldeles för hårt är inte trevligt.



Veckans uppgift:

1. Tänk på din senaste anställningsintervju. Vad gjorde du bra?
2. Vad kunde du ha gjort bättre?
3. Hur kan du förbereda dig inför nästa intervju?
4. Hur kan du använda dig av ditt kroppsspråk bättre?
5. Reflektion: Vad lärde du dig av dagens presentation? Hur kan du dra nytta av det du lärt dig i ditt jobsökande?

Svara på frågorna i frågeformuläret D. PRAKTISKT STÖD och ruta 15: Hur du lyckas med din anställningsintervju

