

# **Gode råd til jobsøgning**

**- til medlemmer over 50 år**

## Hvorfor denne pjece?

Denne pjece har til formål at formidle en række gode råd om jobsøgning til medlemmer over 50 år. Disse råd er opstået i forbindelse med undersøgelsen: "Best Practice i vejledning og jobsøgning for akademikere over 50 år", hvor der blev gennemført 52 interview med tilfældigt udvalgte personer i alderen 50 og 64 år. Fælles for interviewpersonerne var, at de alle havde en enten lang eller mellemlang uddannelse bag sig, men som på et tidspunkt oplevede at stå uden arbejde. Ledighedsperioden for de interviewede varierede mellem en måned og fire år.

Formålet med undersøgelsen var at finde ny og brugbar viden om, hvilke metoder, der virker bedst, når ledige med en lang eller mellemlang uddannelse skal finde et nyt job.

Fælles for de interviewede er, at de tidligere har haft normale karriereforløb da de blev ledige, arbejdede de hårdt på at komme i job igen og troede generelt på, at de havde nyttige kompetencer at tilbyde arbejdsmarkedet. De ønskede fortsat at have et aktivt arbejdsliv og at udvikle sig fagligt og personligt sammen med andre mennesker i jobsammenhænge.

Vi har valgt at præsentere den praksis, som førte til succes, som overvandt fordomme og som sikrede dygtige mennesker kvalificerede jobs. Der er ikke fundet en "gylden opskrift" på effektiv jobsøgning. Det er forskelligt, hvad der har virket for den enkelte, og der præsenteres derfor flere forskellige strategier, som ifølge deltagerne var effektfulde i kombination med hinanden.

Vi håber på denne måde at kunne inspirere dig i din jobsøgning.

Undersøgelsen blev gennemført af Lützen Management i foråret 2006 og finansieret af Puljen til integration af seniorer.

## 1. Struktur på hverdagen

Mange af deltagerne fortæller, at der er vigtigt at tilrettelægge hverdagen, så den kommer til at ligne et almindeligt arbejdsliv så meget som muligt. I et arbejdsliv er man professionel og disciplineret, hvilket betyder, at man ser opgaven som en positiv udfordring. Under udfordringen forholder man sig kritisk til sine strategier, holder deadlines, søger rådgivning, er resultatorienteret og målrettet.

Fordelen ved at behandle jobsøgningen som et job er, at du bevarer din selvtægtelse ved at vide, at du har ydet dit bedste og har taget dig selv og din situation alvorligt. Du fastholder derved udholdenhed og energi i søgningen.

Den største fare er ifølge deltagerne, at det hele "flyder", så man konstant plages af dårlig samvittighed. Det er ikke nok blot at sidde ved computeren hele dagen og "indsamle information" – man skal i lige så høj grad bruge tid på at skabe reel kontakt og forbedre metoderne, hvis de ikke virker.

- Betragt jobsøgningen som et arbejde og ager på samme måde som i dine tidligere jobs. Overvej hvad der før har været positivt for din arbejdsindsats og skab de samme rammer for din jobsøgning. Find for eksempel måder at forpligte dig på ved at aftale deadlines med andre
- Skab en arbejdsdag med faste arbejdstider. Hold fri, når du har fri og fortsæt dine tidligere fritidsinteresser. For at holde arbejde og fritid adskilt, kan du eventuelt finde et bestemt sted i huset, hvor du arbejder.
- Skab respekt om din dagligdag og din indsats som jobsøger og undgå at blive familiens "skraldespand", der altid lige kan passe et barn eller male en lejlighed.
- Skab systemer, der fastholder din viden om jobsøgningen. Revurder jævnligt dine strategier, sæt delmål og før foreksempel dokumentation over dit arbejde.

## 2. Afklar kompetencer

Mange af de interviewede oplevede, at de havde flyttet sig fra deres oprindelige faglige kompetencer. For dem blev det vigtigt at få redefineret, hvilke evner de havde.

Det er generelt vigtigt, at man ikke lægger "alle æggene i en kurv" og alene fokuserer på en type jobs. Det er derfor af stor betydning, at du bruger tid og energi på at gøre dig klart, hvad dine specifikke kernekompetencer er, så du kan sælge dem overbevisende til arbejdsgiverne.

Her skal du også huske de personlige kompetencer. Tendensen er, at disse bliver mere og mere vigtige på jobmarkedet, og derfor bør defineres klart. De interviewede fortæller, at de indgik let i det nye job, fik masser af anerkendelse, havde let ved at omgås kollegerne, fik et godt forhold til chefen trods aldersforskel m.v. Personlige kompetencer som ro, fleksibilitet, forandringsevne, samarbejdsevne, og det, at de "ikke at have noget i klemme", viste sig at være en stor fordel i hverdagen.

- Husk at kompetencer ikke er det, du har lært på en uddannelse, men det du rent faktisk kan udføre og viser i dagligdagen. Find beskrivelser og rådgivning på jobcentret og i dit forbund om opbygning af en kompetenceprofil.
- Bliv klogere på dine personlige kompetencer ved at gennemføre personlighedstests og ved at spørge dit netværk, hvilke ressourcer de vil fremhæve hos dig.
- Find ud af hvilke kompetencer, som du har behov for at styrke via efteruddannelse. Her gælder det om at være ærlig over for sig selv, og det kan hjælpe at tale med en rådgiver eller en person fra dit netværk. Hold fast i at du behøver efteruddannelse og vær opsøgende i forhold til dine muligheder.
- Skriv ned og gem kompetencebeskrivelser til du skal til ansættelsessamtale. De er gode at tage udgangspunkt i, når du skal give en overbevisende karakteristik af dig selv som person.

### 3. Afsøg dit jobmarked

Mange af undersøgelsens deltagere har oplevet, at jobmarkedet var radikalt ændret, efter at de i mange år havde haft et fast job. De gik typisk i gang med at søge et job, der lignede det, de havde haft, men kom ikke til samtale måske fordi de konkurrerede med mange yngre, nyligt opdaterede ansøgere. Det viste sig derfor væsentligt at analysere jobmarkedet og se på, hvilke kompetencer markedet p.t. har brug for og dernæst finde ud af, hvordan man kunne matche disse.

I undersøgelsen er der flere eksempler på personer, der har skiftet rolle, for eksempel tidligere chefer og specialister, der er blevet sælgere i private virksomheder eller virksomhedsledere som er blevet offentlige administratorer, samt nogle der så en mulighed for at afsætte deres kunnen på konsulentmarkedet.

- Undersøg hvilke jobmuligheder, der generelt er inden for dit fag og din branche ved for eksempel at ringe til gamle kolleger, konkurrenter og netværk i det hele taget. Spørg også HR-afdelingerne i virksomhederne hvilke jobs og hvilke profiler, de har brug for lige nu.
- Check konsulentfirmaernes jobopslag – de er ofte udtryk for områder, hvor det er svært at rekruttere for tiden.
- Vær ikke bange for at skifte branche eller mellem den offentlige og den private sektor. Din stærke faglighed og din erfaring med at omgås mange forskellige mennesker opvejer ofte behovet for branchekendskab. Tænk både i store og små virksomheder – de små virksomheder ansætter flere højtuddannede end tidligere og tilbyder mange muligheder.
- Hvis du ikke kommer til samtale på de job, som du er kvalificeret til, bør du ringe op og få mere at vide om, hvilke profiler virksomheden går efter.
- Anvend nettet og virksomhedsregistre til at få en beskrivelse af de forskellige virksomhedstyper inden for branchen og send uopfordrede ansøgninger. Husk dog altid at følge op. Opfølgning er en god anledning til at skaffe sig mere viden om behov og rekrutteringsmetoder i virksomheden.

## 4. Kom til jobsamtale

Undersøgelsen viser, at chancerne for at få et job stiger væsentligt, når du som senior kommer til jobsamtale.

Af undersøgelsen fremgår det også, at mange af deltagerne har oplevet kun at komme til samtale på hvert 10. job de søgte, til trods for at kvalifikationerne matchede kravene i jobopslaget.

Alligevel har flere oplevet at få job ved at reagere på et traditionelt opslag. Det er derfor ikke nytteløst, men stiller store krav til udarbejdelsen af et godt CV og kortfattede, målrettede ansøgninger

- Jobcenter, forbund, A-kasse og andre aktører er eksperter i CV og ansøgninger. Søg rådgivning hos dem og hent desuden sparring hos kolleger og venner, der har søgt job for nylig.
- Du skal hovedsagelig sælge dig selv på de kompetencer, som du har anvendt de sidste 5 år. Vær ikke bange for at sælge dig selv og fortælle om dine styrker og resultater i tidligere jobs.
- Beskriv i CV'et dine helt konkrete opgaver, roller, resultater og kompetencer fra tidligere jobs. Justér dit CV alt efter, hvilket job du søger og sæt dig i arbejdsgiverens sted når, du udformer det.
- Skræddersy din ansøgning hver gang. Start altid med at begrunde hvorfor du er interesseret i netop dette job – det giver bonus, fordi virksomheden føler sig anerkendt. Ring eventuelt til virksomheden og spørg ind til dagligdagen i jobbet og søg oplysninger om virksomheden på nettet.
- Arbejd med din samtaleteknik og kommunikation, så du får styret samtalen i den retning, du ønsker.

## 5. Brug dit netværk

Det faglige netværk har været afgørende for at få job for mange af de interviewede, da det er en måde at få skabt en "bagdør" til en potentiel arbejdsgiver. Når man bliver ledig efter mange år i samme job eller branche er netværket ofte ret lille. Det drejer sig derfor om at få skabt kontakt til sit gamle netværk af kolleger fra tidligere arbejdspladser, tidligere chefer, konkurrenter og samarbejdspartnere og få gjort opmærksom på, at man nu er jobsøgende og har brug for information. Ofte er det ikke de tætteste, men dem man kender perifert, som besidder nyttig viden. Netværket blandt andre ledige kan både anvendes til at holde energi og humør oppe og til at få nye ideer til søgningen. Endelig kan det personlige netværk blandt familie og venner være vigtigt som støtte.

- Tag kontakt med tidligere kolleger, chefer, konkurrenter og arbejdspartnere og fortæl, at du er jobsøgende. Send dem dit CV og forsøg at få et møde med dem, som kan give dig ideer til virksomheder og personer, som kan give dig informationer om job. Bed aldrig dit netværk om et job, men om informationer, der kan føre til job.
- Find ud af hvordan du kan udvide dit faglige netværk. Tag eventuelt til konferencer og kurser inden for dit fag.
- Forsøg at blive i de netværksgrupper, som du tidligere har været medlem af i dit job. At være ledig er en midlertidig tilstand, og derfor vil mange netværk acceptere, at du er tilknyttet med en lavere betaling i en periode.
- Find dig en god gruppe af andre ledige, chefer eller specialister, som du har lyst til at sparre med jævnligt omkring jobsøgning. Arranger et selv og vent ikke på, at du får en gruppe foræret. Der er muligheder for netværk via andre aktører, og der er også gode virtuelle netværk.
- Arranger dig eventuelt i foreningen Senior Erhverv, som gennemfører kampanger overfor lokale virksomheder, hvor de præsenterer medlemmernes samlede kompetencer.
- Lær af de unge i familien - de fleste af dem har søgt flere jobs end dig, har viden om jobsites på nettet samt sprog og kommunikation i moderne jobsøgning.

## 6. Overvej tidsbegrænsede job

En stor gruppe har fået tidsbegrænsede job for eksempel i form af projektansættelser, vikariater eller praktik.

Flere har fundet fastansættelse ad denne vej, mens andre målrettet har gjort det til deres særlige arbejdsform at være i denne type stillinger – for eksempel som konsulenter.

En sådan stilling kan give adgang til nyttige erfaringer og ny viden, der igen kan føre til andre jobs. Samtidig kan man få lejlighed til i praksis at vise hvad man duer til, hvilket ofte bliver bemærket positivt.

Denne undersøgelse viser, at dem over 50 er hurtige til at finde sig til rette og skabe resultater i jobbet, når de først er ”inde i varmen”. Det sker på grund af deres tidligere erfaringer

En tidsbegrænset ansættelse er derfor en god måde at sikre sig, at de negative forestillinger om alder bliver irrelevante.

- Søg vikariater ved at melde dig til relevante vikarbureauer. Overvej at gå freelance.
- Betragt ikke den faste stilling som den eneste mulighed. De kortere jobs giver dig typisk nye kompetencer og viden inden for andre brancher og virksomhedstyper.
- Når du er i midlertidigt job, så vær konstruktiv og iderig i forhold til at finde nye opgaver, der skal løses i virksomheden. Hav hele tiden klarhed over om dine forventninger og virksomhedens forventninger til hvor længe ansættelsen varer stemmer overens, så du hele tiden kan søge fra job til andre job.

## 7. Vær fleksibel

At være fleksibel i forhold til jobbets tid, løn, faglighed og geografiske placering nævnes af flere deltagere som afgørende.

For dem handler fleksibilitet i vid udstrækning om at overveje, hvilke umiddelbare ønsker, man kan gå på kompromis med. Kompromisser forstås ikke negativt som en måde, hvorpå man "sælger ud".

Tværtimod defineres det positivt, fordi man gør op med sig selv, hvilke elementer ved et job som betyder mest for, at man er tilfreds i dagligdagen.

Endelig opfordrer flere til, at man overvejer betydningen af jobbets "status" og hvilke forestillinger, man gør sig om et godt job.

Mange af de interviewede ærgrede sig over, at de kom til at være ledige så længe, fordi de havde været for ufleksible i starten af ledighedsperioden i forhold til lønniveau, jobindhold og eller geografiske forhold.

Stil dig selv disse spørgsmål:

- Hvad ser du som de vigtigste ting ved et job?
- Hvor er din geografiske smertegrænse ved et meget interessant job?
- Hvilken løn er dit minimumskrav, og hvornår vil du tage dit krav op til revision?
- Hvis du tidligere har været leder, og hvilke funktioner vil du være villig til at arbejde med i en virksomhed?
- Skriv det hele ind på din computer i dokumenter som en slags logbog og lad det indgå i din handlingsplan, hvornår du skal revidere på dine krav.

## 8. Søg rådgivning

Undersøgelsen viser, at det er meget forskelligt, hvor meget og hvor god rådgivning deltagerne har fået i deres ledighedsperiode. Vigtigst er det, at timingen og indholdet af rådgivningen passer til den enkeltes behov.

De seniorer som er blevet ledige for første gang i flere år har typisk brug for et kursus i jobsøgningsteknik og en konsulent, der kan checke, at CV og ansøgning er tidssvarende.

Har man være ledig i længere tid, har man snarere brug for en konsulent, der kan inspirere en til at forsøge andre handlinger med bedre gennemslagskraft end det, der er prøvet, og som kan give inspiration til initiativer, der kan forbedre chancerne for job.

Forkert timing af rådgivningen nedsætter energien, mens rigtig timing sætter energien op. Det er først og fremmest dig selv, der kan mærke, hvad der er brug for, og derfor er det vigtigt, at du stiller konkrete krav til rådgivningen og finder rådgivere, som du er tryk ved.

- Har du mulighed for at få karriererådgivning som en del af din aftrædelsesaftale, så tag imod det. Find ud af hvor din grundlæggende motivation er og få rådgivning om CV og ansøgninger.
- Meld dig til kurser og tilbud som dit forbund har. Dels får du nye informationer, dels møder du andre ledige, som du måske kan skabe et netværk med.
- Få klarhed over kontaktføreløbet og dine rettigheder fra start af. Husk at det er muligt også at tage kurser i starten af ledighedsperioden.
- Undersøg dine muligheder for at få tildelt en anden aktør og vælg en konsulent, du har tillid til – ellers forsøg at få en anden, du har mere tillid til.

## 9. Skab dit eget job

En del af deltagerne har med held skabt deres eget job. Nogle har startet eget firma, hvor de sælger en eller flere kernekompetencer eller har sat et produkt i produktion. Andre har ansøgt om pulje- eller forskningsmidler til projekter, hvor de så ansættes enten i offentlig eller privat regi.

Deltagerne understreger, at det er vigtigt at man skaffer sig al tilgængelig rådgivning og hjælp, hvis man vil starte som selvstændig. Flere har mødt en holdning om "det kan du ikke, det må du ikke, det går aldrig" fra rådgivere og fra netværket og efterlyser mere opbakning og relevant information om mulighederne.

De siger derfor, at viljestyrke og gå-på-mod er vigtige egenskaber for at få drømmen om selvstændighed realiseret. Det er naturligvis ikke alle, som kan blive selvstændige, men en stor del af gruppen på 50+ besidder en række kompetencer i form af specialviden og erfaring, som der kan være et marked for.

- Orienter dig om mulighederne for rådgivning via startguiden på [www.Virk.dk](http://www.Virk.dk).
- Find en række rådgivere som kan vejlede dig i markedsmulighederne. Det kan være dit netværk, konkurrenterne, potentielle kunder m.m.
- Meld dig til et iværksætterkursus med professionel rådgivning og et netværk af andre selvstændige.
- Tro på dig selv og dine evner, lad ikke angsten for at gå ned med et firma slå dig ud - men vær på den anden side realistisk.
- Aftal med A-kassen, hvordan du bedst kommer igennem opstart af egen virksomhed eventuelt ved at bruge muligheden for selvstændig bibeskæftigelse. Kend dine rettigheder.

## 10. Bliv ved

"Hold ud!" gik igen, når de interviewede svarede, hvad der var deres vigtigste råd til andre ledige over 50 år.

Undersøgelsen viser, at ledige over 50 år med en lang uddannelse, har fundet gode jobs selv efter lang tids ledighed. Derfor er det vigtigt at blive ved med at gøre en indsats. Både kvantitet og kvalitet er vigtigt i jobsøgningen. Nogle få er så heldige, at de søger et par jobs og får et af dem, mens langt de fleste har måttet afprøve forskellige jobsøgningsteknikker: Der har haft kontakt med flere netværk, fået rådgivning, taget efteruddannelse, været i praktik eller haft korte ansættelser, før de finder et tilfredsstillende job, og de er trætte af at høre om "det grå guld". De peger på vigtigheden af at bevare en positiv tiltro til, at det nok skal lykkes, og at man har noget at tilbyde virksomhederne.

Jobmarkedet er ikke lukket for medarbejdere over 50 år, men du skal gøre en ekstra indsats for at gøre opmærksom på dine særlige kompetencer, og de muligheder virksomhederne har for at udnytte din erfaring og dine evner. At få skabt en direkte relation til den potentielle arbejdsgiver er af stor betydning for, at du bliver set, som den du er, og det du kan.

Vi har her givet de vigtigste råd videre fra en gruppe af højtuddannede over 50 år, som havde succes med jobsøgningen. Vi håber at du kan bruge nogle af dem.

Held og lykke med det !

5. februar 2009