

Stärk det egna varumärket

och marknadsför dig själv!



Mål med presentationen:

Du bestämmer dig för att stärka ditt eget “varumärke”.

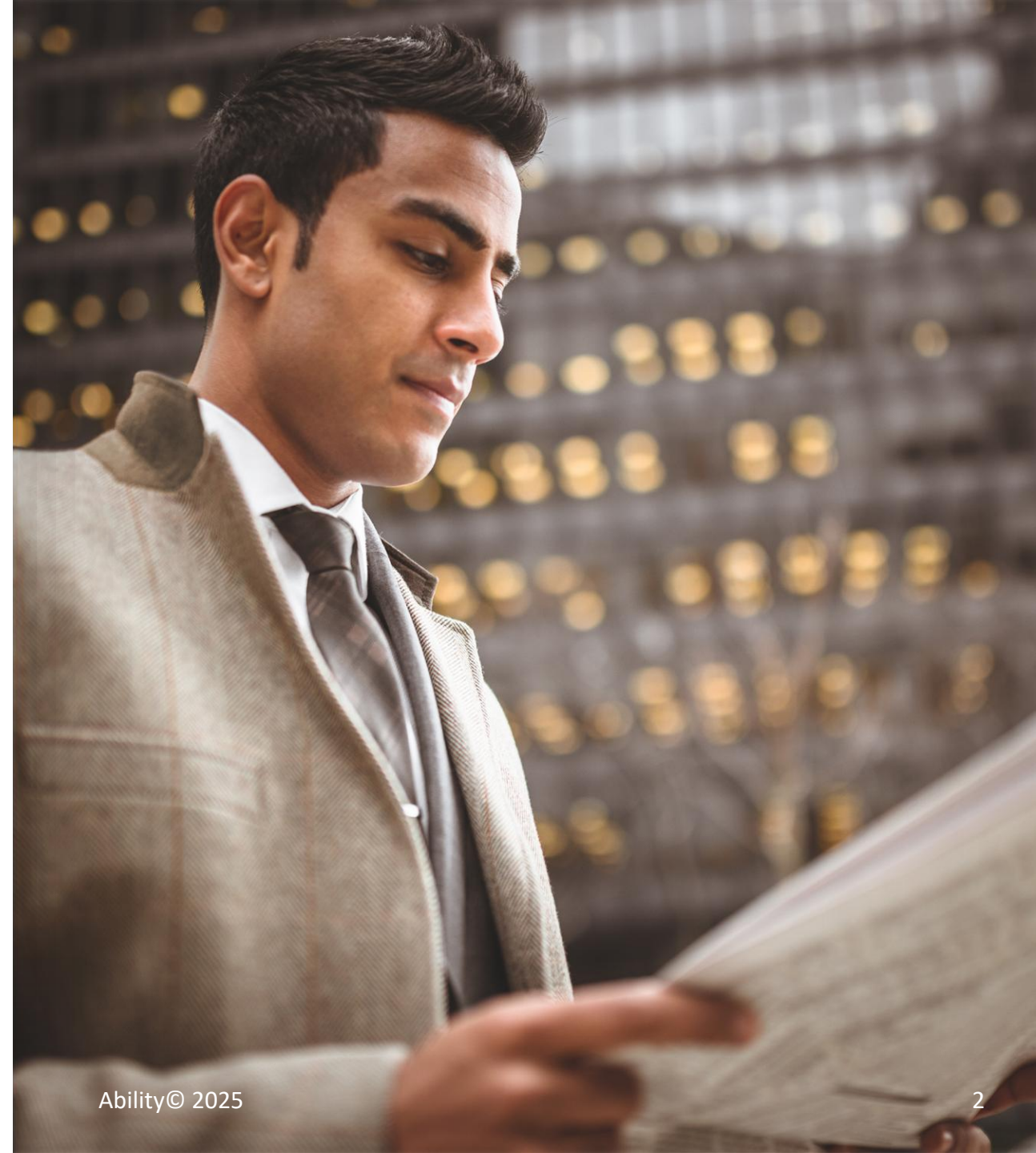
Du tar hjälp av olika tester för att hitta nya egenskaper som du har.

Du upptäcker något nytt om dig själv – både styrkor och svagheter.

Du tar hjälp av andra för att få veta mer om hur du uppfattas.

Du hittar händelser och situationer där du använt dig av dina egenskaper/kompetenser och skapade något som var bra.

Du reflekterar och lär dig något nytt som du kan ha med dig i ditt jobbsökande.



Lite frågor att fundera på...

- **Ska du övertyga eller övertala?**
Nej – det handlar om att du ska tydliggöra vad du är bra på och varför de ska anställa just dig.
- **Sälja in sig själv?**
Nej – det handlar mer om att bygga en relation och att visa intresse för jobbet. Ställ frågor!
- **Har kroppsspråket betydelse?**
Ja absolut – det är en stor del av vad du förmedlar för känsla till arbetsgivaren i mötet.
- **Hur kan du visa att du är trovärdig?**
Var sann mot dig själv och dina värderingar.





Ditt varumärke

Personlig marknadsföring eller ditt "varumärke" skapas överallt där du är:

- Anställningsintervjuer
- Sociala medier
- Ditt nätverk – föreningar tex
- Jobbmässor/rekryteringsmässor



Vilka signaler skickar du ut?

55% är vårt kroppsspråk

38% är vår röst

7% är våra ord



Vi tar alltså in mycket mer av vårt kroppsspråk och vår röst än vad vi säger.

Så kom ihåg att vara samstämmig i din kommunikation.

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 glömmer bort är ens kroppsspråk under intervjun.
- För vad signalerar du egentligen?
- I en nyligen genomförd studie har arbetsgivare angett de tio vanligaste kroppsspråksmissarna man lätt gör under en intervju – och så här undviker du dem:



Kroppsspråksmissar vid en intervju

1. Att inte ha ögonkontakt (67%)

Om du undviker ögonkontakt kan du lätt uppfattas som opålitlig.

2. Att inte le (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 (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 (30%)

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

5. Att skruva nervöst på dig (30%)

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



6. Att ha armarna i kors
(29%)

Med armarna i kors kan du verka stängd och defensiv.

7. Att pillar dig i håret
(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 (21%)

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

9. Att gestikulera för mycket (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 (7%)

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



Stärk ditt varumärke

- Genom att ta reda på mer om dig själv och vilka bra egenskaper du har så stärker du samtidigt ditt varumärke.
- Att tänka att du är ett varumärke kan kanske kännas konstigt, men du kan tänka att det är ett annat ord för mitt "Jobb-jag".
- Genom olika personlighets- och yrkestester så kan du hitta mer om dig själv än du kanske tänkt tidigare.



16-personalities

En gratis
personlighetstest som
finns på nätet.

<https://www.16personalities.com/sv/gratis-personlighetstest>

Här får du svara på
frågor som hjälper dig
att se vad du har för
olika kvalitéer.



Arbetsförmedlingens yrkestest

Intresseguiden är en karriärtest där du genom att svara på 12 frågor får förslag på yrken som passar dig utifrån dina intressen. Resultatet kan vägleda dig i vad du ska bli och vilket yrke du ska välja.

<https://arbetsformedlingen.se/for-arbetsssokande/yrken-och-framtid/intresseguide/>



Fråga 3 personer

Genom att fråga andra dessa frågor, så kan du få information hur andra uppfattar dig och vad de ser som du inte tänkt på själv. Kan kännas läskigt, men lita på att dina vänner/bekanta är vänliga.

1. Hur uppfattar du mig?
2. Finns det något jag göra för att skapa ett bättre intryck?



Här kan du hitta ännu fler tips på hur du stärker ditt varumärke

Titta på
Arbetsförmedlingens Webinar:
Bygg ditt personliga varumärke
– fixa jobbet

<https://arbetsformedlingen.se/play/webbinarium/bygg-ditt-personliga-varumärke---fixa-jobbet>





Svara på frågorna i frågeformuläret
A. KARTLÄGGNING och ruta 4:
Stärk det egna varumärket

Veckans uppgift:

1. Gör 16-personalities testen. Skriv ner både dina styrkor och svagheter.
2. Gör Intresseguiden. Vad gav den testen dig? Något nytt du inte kände till?
3. Fråga tre personer: Hur uppfattar du mig? Vad kan jag göra för att skapa ett bättre intryck?
4. Reflektion: Vad lärde du dig av den här presentationen? Hur kan du dra nytta av det i ditt jobbsökande?