

# Kom igång med din karriärplanering

## Begreppet karriär

Man kan prata om begreppet karriär på olika sätt. Traditionellt har vi haft synsättet att se det som en klättring uppåt på karriärstegen för att nå en hög position, men idag menar vi också en persons väg genom yrkeslivet.

Här behandlar vi karriär som det sistnämnda, alltså som en **beskrivning av en persons väg genom arbetslivet**. Vi tänker att karriär är något som utgår från dina beslut som du har tagit kring studier, arbeten och andra erfarenheter. Att det är något pågående, där det ena leder till det andra och som du hela tiden bygger vidare på för framtida möjligheter.

Så tanken med karriärplanering är att du kan hitta ditt framtida arbetsområde där du kan använda dina kompetenser och bidra med det du är bra på, att du hittar arbeten som du upplever meningsfulla och där du mår bra, dvs. hittar det som är bäst just för dig. Det handlar om att styra livet åt det håll du själv vill – det är du själv som fattar besluten vart du tar vägen! Inte slumpen! Det kan även innebära att du själv skapar det jobb du vill ha – blir egen företagare.

## Karriärplanering består av

- Kompetensinventering
- Utforska din arbetsmarknad
- Matcha din kompetens

## Kompetensinventering

Ta med ALL din utbildning och de kompetenser den har fört med sig. Förutom dina ämneskunskaper och yrkesfärdigheter får du även med dig s.k. generella kompetenser som är gemensamt för all högskoleutbildning – som t.ex. uttrycka sig skriftligt och muntligt och granska kritiskt, hålla deadline och arbeta projektinriktat.

Arbetslivserfarenhet – om du har arbetat, vad har du lärt dig från dina tidigare arbeten? I stället för att bara fokusera på själva arbetsuppgifterna, tänk också på vilka kompetenser du har fått med dig! T.ex. sommarjobb vid kassan på ICA (hantera ett kassasystem och allt vad det innebär, inklusive redovisning av kassan, bemöta olika typer av människor, jobba systematiskt, koncentrerat och hantera stressiga situationer).

Andra meriter/erfarenheter är också viktiga, som t.ex. föreningsuppdrag och utbytesstudier.

Fritidsintressen – vilka kompetenser tar du mer dig från dina hobbies (lagidrott – samarbeta inom laget, lärt dig lyssna på andra, jobbat mot ett gemensamt mål), (måla/skriva – man tränar på förmågan att se saker från olika perspektiv, färg/form/komposition, bygga nätverk med likasinnade, delta/arrangera aktiviteter)

Ge exempel på verkliga situationer där du fått din kompetens! Exempelvis; om du är stresstålig, i vilket sammanhang har du upptäckt att du är det? Allt det här kan bli ditt underlag till ditt CV; Curriculum Vitae ("levnadslopp" eller "livshistoria")

Om du vill ta hjälp med kompetensinventeringen så har Arbetsförmedlingen en mall för det här: Mitt jobb jag

<https://arbetsformedlingen.se/for-arbetssokande/yrken-och-framtid/karriarvagledning-pa-egen-hand/mallen-mitt-jobb-jag>

## Utforska din arbetsmarknad

Redan under studietiden är det bra att börja undersöka din arbetsmarknad, och ta reda på mer om yrken du är intresserad av. På så sätt börjar du orientera dig inom ditt framtida yrkesområde.

För att ta reda på mer om din arbetsmarknad kan du t.ex. gå in på utbildningskatalogen på HiG's hemsida och läsa på programinformationen, där finns exempel på vilka yrken din utbildning kan leda till. Där finns också studentintervjuer med våra tidigare studenter som nu är yrkesverksamma.

Fackföreningar och intresseorganisationer har ofta yrkesinformation inom sitt område inom de yrken som de organiserar och representerar, liksom Arbetsförmedlingens har information om yrken och yrkesbeskrivningar på sin hemsida.

Ytterligare ett sätt att utforska din framtida arbetsmarknad är att göra **informationsintervjuer**. Med det menar vi kortare intervjuer med yrkesverksamma personer inom det område du är intresserad av. Kontakta en yrkesverksam person och be om att få boka en tid för en kortare intervju, max 20 minuter. Syftet är inte att söka jobb, utan syftet är att du får en uppfattning om yrkesområdet. Förslag på intervjufrågor finns i bildspelet och är från boken ”Äntligen Måndag” med Torild Carlsson.

## Matcha din kompetens

När du har gjort din kompetensinventering och tittat på din framtida arbetsmarknad är det dags att kolla upp om dina tankar om vad du vill arbeta med och din kompetens går ihop med vad arbetsgivaren faktiskt söker, och där kan du utgå ifrån det som står i platsannonser.

När du hittat ett jobb du är intresserad av så sätt dig ner och läs annonsen noggrant. Man kan inte avgöra vad arbetsgivaren söker för kompetens bara utifrån yrkesbenämningen som ofta anges i rubriken, utan titta på om du uppfyller de formella kraven som ställs med till exempel utbildning, utbildningsnivå eller examen. Det skrivs ofta som "du ska", "du förväntas ha" eller "vi vill". Förutom de formella kraven som du ska uppfylla kan arbetsgivaren även uttrycka önskvärda kvalifikationer som anges i form av "det är meriterande" eller "det är ett plus".

Vissa av våra utbildningar är väldigt tydliga om vilket yrke den leder till, som socionom, sjuksköterska och lärare. Men vi har också utbildningar som är mer generella och som inte har lika tydlig yrkeskoppling, som till exempel idrottsvetare eller människa-kultur-religion. Det finns jobb efter de här utbildningarna också, men här behöver man titta lite extra på färdigheter du tar med dig från din utbildning kontra vad arbetsgivaren vill ha för kompetens och vad arbetsuppgifterna består av. Med andra ord, om du bara tittar efter rubriken i platsannonsen så kanske den inte stämmer överens med namnet på din utbildning, men däremot matchar de färdigheter du har med dig från din utbildning med arbetsgivaren krav.

Sedan finns det även vissa befattningar, som till exempel, handläggare och projektledare, där det egentligen inte finns någon utbildning med samma namn, utan där är det verkligen viktigt att man läser genom platsannonsen, vilka krav som ställs och vad arbetet innebär.



## Tre snabba för att komma i gång

- Gå med som studentmedlem i fackföreningen inom ditt yrkesområde (bra info i medlemstidningar)
- Ta reda på om ditt program anordnar arbetsmarknadsdagar
- Ta del av den yrkesinformation som många fackföreningar har sammanställt om din bransch

Studievägledningen

[studentsupport@hig.se](mailto:studentsupport@hig.se) eller

026-648100 Telefontid: Måndag -torsdag 9.00-10.00