

Utdrag från föredrag/publikation.

Arbetslös och 55pluss? Så här kommer du vidare!

Här ska lyftes fram några väsentliga punkter för att du ska erhålla nytt arbete eller nya uppdrag. Handlar om:

- ✚ Kontroll på oro och stress.
- ✚ Kreativitet, planering, genomförande.
- ✚ Produktifiera dig.
- ✚ Agera snabbt.

Men först och främst, finns behov av 55plussare på arbetsmarknaden? Vårt svar är ett stort Ja! Generellt gäller att 55plussare har livserfarenhet och mognad som är viktigt, inte minst i kundrelationer. Men också i team där åldersgrupperna behöver mixas för att nå en bredd av erfarenheter.

Kontroll på din oro och stress – nyckeln för att komma vidare

Det första du gör som arbetslös är att få kontroll på oron och stressen som arbetslösheten kan medföra. Inte säkert att just du drabbas, men för många 55plussare blir oron och stressen som kommer av arbetslösheten ett stort problem. Självförtroendet börja svikta. Oron för privatekonomin tär. Och i grunden, en oro för framtiden, vad ska hända med mig? Inte purung precis som 55plussare. Vem vill ha en arbetslös 55plussare?

Att lugna ner själen och kroppen är helt avgörande för att hantera situationen som arbetslös. Hur man gör detta lämnar vi därhän här. Det är inte vårt område. Däremot är vi nog alla medvetna om att oro och negativ stress hos en 55plussare är en grogrund för sjukdomar, inte minst allvarliga sjukdomar. Sålunda, inte enbart för att lugna kropp och själ för att kunna bli fokuserad i arbetssökandet, utan också för att undvika sjukdomar.

Kreativitet, planering och genomförande för att komma i mål

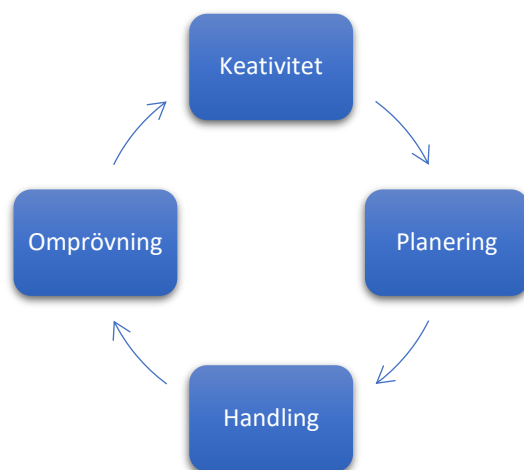
Som arbetslös 55plussare gäller att släppa loss kreativiteten för att finna vägarna till målet: Anställning eller uppdrag. Ett sätt att göra det är mindmapping. Utmärkta kostnadsfria program för mindmapping finns på webben. Ett sådant program är "Wisemapping", www.wisemapping.com, programmet är lätt och arbeta med och bra för den kreativa processen. Vet du inte vad mindmapping är? Googla snarast på det.

Men du måste också strukturera din arbetsprocess, ett bra redskap för ändamålet är det webbaserade Trello, www.trello.com. I Trello kan du för det första strukturera din arbetsprocess. För det andra, ta det som du bedömer vara av värde i den kreativa processen och omformulera detta till aktiviteter som du noterar i Trello, t ex. kontakter som du ska ta, utarbete CV mm. För det tredje kan du i Trello upprätta en handlingsplan. Här för du in de aktiviteter som du avser att genomföra. I Trello kan du också - och bör göra - en dagsplanering.

I handlingsplanen följer du kontinuerligt upp dina aktiviteter, plockar bort det som inte var framkomligt och lägger till nya aktiviteter. Handlingsplanen ska riktas mot målet att du ska få sysselsättning: Anställning/uppdrag. Är du osäker på hur du upprättar en handlingsplan?

På webben finner du exempel. Välj en enkel handlingsplan som är okomplicerad. Eller kanske har du hjälp av ett Trygghetsråd?

Enligt vår mening är det helt avgörande att du arbetar processinriktat med kreativitet, struktur, handlingsplan och aktiviteter (genomförande) - en ständigt pågående loop tills du är framme vid ditt mål: Anställning/uppdrag.



Produktifiera dig med attraktivt omslag

Är du en produkt? Låter det cyniskt? Men vi kallar ju det arbetsmarknad. I "Arbetsmarknad" ingår begreppet "marknad". På en marknad finns efterfrågan och utbud. Du är på utbudssidan, du erbjuder ju din kompetens. Då är du ju de facto en produkt, en vara, som erbjuds på marknaden, dvs arbetsmarknaden. Cyniskt eller inte, det är i den verklighet vi lever i. Hur ska du då förpacka dig? Handlar om utformning av ditt CV, ditt sociala agerande i kontakterna med potentiella arbets- och uppdragsgivare: I skrift, telefon, personligt möte, klädsel mm. Personlig förpackning (produktifiering) är ett ämne för en hel bok varför vi här lämnar ämnet med uppmaningen till dig att investera all din energi och omsorg på din egen förpackning. Är du tveksam hur du ska tillväga? Sök på webben efter tips och råd. Är du kopplad till ett Trygghetsråd? Där kan du också erhålla tips och råd.

Och ha i minnet, det är inte alltid din sakkompetens som är det viktiga för att få arbete eller uppdrag, utan din förpackning. Vi menar att förpackningen i arbets- och uppdragssökandet är avgörande oavsett om du är 25, 55 eller 60 år. En förpackning som är anpassad till den aktuella arbets- eller uppdragsgivaren, där din sakkompetens är en del av förpackningen. Din sakkompetens är kanske så där? Fokusera då på annat i förpackningen. Kanske ska du i stället fokusera på din sociala kompetens?

Agera snabbt – var på hugget

Så fort du vet att arbetslösheten knackar på din dörr, agera snabbt. Går du en utbildning som en del i en omställning? Sök arbete eller uppdrag redan under utbildningen. Arbetsmarknaden fylls hela tiden på med allt fler personer, speciellt nu i dessa Corona-19-tider. Ju längre tid du är från

arbetsmarknaden, desto svårare blir det att ta sig in på arbetsmarknaden och under tiden kan ditt självförtroende komma i gungning.

Var alltså snabb att påbörja sökprocessen. Söker du fast anställning men erbjuds enbart korta vikariat? Acceptera! Dels bygger du på ditt CV med nya erfarenheter, dels kan det på ett vikariat öppnas möjlighet till en längre anställning eller uppdrag. Sålunda var på hugget, var inte kräsen.

I sammanfattning

Dina framgångsfaktorer för att komma i mål med ny anställning eller uppdrag är bland annat:

