



Så gör du en bra intervju

Alla känslor på samma gång

Att bli kallad till en intervju kan kännas fantastiskt, nervöst, peppande och obehagligt. Jobbet är nu inom räckhåll och det känns som att mycket står på spel. Vad kommer de att ställa för frågor? Vad ska du undvika att säga? Och hur viktigt är kroppsspråket?

I vår guide går vi igenom vad du bör tänka på inför och under en jobbintervju. Vi ger dig också tips på hur du förbereder dig, listar det vanligaste frågorna och ger tips på kroppsspråk under intervjun.



Manpower®

Varför är det så viktigt med en arbetsintervju?

Du är inte ensam om att tycka att intervjun är ett stort moment i arbetssökandet. Hur kommer det sig att anställningsintervjun är så viktig? Vi listar tre anledningar till varför intervjun är avgörande för om du ska få jobbet eller inte.

1. En intervju är ett utmärkt tillfälle att prata om de mjuka värdena. Ett CV består till stor del av fakta som kanske inte säger så mycket om hur du är som person. Här får rekryteraren en chans att lära känna dig bättre. Det finns då möjlighet att avgöra hur väl du passar in med företagets värderingar och hur du skulle fungera i arbetsgruppen.

2. På anställningsintervjun kan rekryteraren berätta mer ingående om tjänsten och företaget du sökt jobb hos. Det ger dig en bra möjlighet att känna av om tjänsten och företaget passar dig.

3. Även om du har listat alla dina färdigheter i ditt CV är intervjun ett tillfälle för rekryteraren att höra mer om din kompetens. Det kan göras med frågor eller genom att låta dig göra ett kompetenstest som ni sedan diskuterar.. Du kan ombes att göra ett sådant kompetenstest antingen innan intervjun eller på plats.





Telefonintervju

I många rekryteringsprocesser ringer rekryteraren upp de mest intressanta kandidaterna innan en intervju bokas. Samtalen tar ofta omkring tio minuter och fungerar som en gallring inför den riktiga anställningsintervjun.

Var beredd på att kunna förklara varför du sökt jobbet, varför företaget verkar intressant och hur dina styrkor stämmer överens med det som efterfrågas i annonsen. Rent praktiska saker kan också avhandlas i det fall företaget inte själva har gått ut med deras namn i annonsen. Detta gäller bara när en extern rekryterare används.

Förberedelser inför intervjun

Att vara nervös inför en intervju är väldigt vanligt. Kommer du väl förberedd minskar risken för att du råkar göra tabbar eller få en blackout.

Gå igenom dina dokument

Samla ihop intyg och betyg som styrker ditt CV. Läs igenom ditt personliga brev och var beredd på att kunna förtydliga och motivera det som du har skrivit. Se också till att du kan förklara eventuella luckor i ditt CV.

Första intrycket är viktigt

Fundera på hur du ska klä dig och försök att anpassa din klädsel efter tjänsten och vilken bransch det är. Se till att vara ute i god tid så att du slipper komma för sent eller med andan i halsen. Var noga med att memorera namnet på den du ska träffa. Du får aldrig en andra chans att göra ett första intryck!

Läs på om företaget

Försök att skaffa dig en så god bild av företaget som möjligt. Läs på om företaget på deras hemsida och googla på företagsnamnet för att vara uppdaterad på vad som skrivs om dem. Läs också igenom platsannonsen igen och fundera på hur du kan matcha det som efterfrågas med dina erfarenheter.



Förbered frågor

Förbered gärna egna frågor, både om företaget och tjänsten. Hur många ingår i arbetsgruppen, varför anställer de nu och vilka karriärmöjligheter finns det inom företaget? Om det är något du inte förstår i annonsen är det också ett bra tillfälle att fråga.

Förbered dina svar

Vad är det som driver dig? Varför sökte du just den här tjänsten? Redan innan intervjun kan du fundera på hur du ska svara på de vanligaste intervjufrågorna. Du kommer säkert att få frågor om din personlighet, dina styrkor och förbättringsområden. Var också beredd på att kunna plocka fram konkreta exempel som du kan berätta om.

Vanliga intervjufrågor

- Börja med att berätta om dig själv!
- Varför vill du arbeta hos oss?
- Varför intresserar våra produkter eller tjänster dig?
- Varför söker du just denna roll?
- Vad kan du tillföra i den aktuella rollen?
- Varför ska vi anställa just dig?
- Vilka är dina styrkor?
- Vilka områden hos dig själv behöver du utveckla?
- Hur hanterar du stress?

Tänkvärt under din intervju

Ärlighet varar längst

Var dig själv och var ärlig. Försköna inte dina positiva sidor, utan lyft fram det som du faktiskt är bra på.

Ta din tid

Lyssna noggrant på frågorna och försök att hålla dig till ämnet när du svarar. Skippa de onödiga detaljerna så gott det går. Förhoppningsvis är du väl förberedd och vet vad du ska svara, men tänk på att försöka prata så naturligt som möjligt. Det är helt okej att fundera lite innan du svarar.

Kom ihåg dina frågor

Ställ frågorna som du har förberett och våga fråga om det är något som du inte förstår under intervjun. Fråga gärna vad företaget ser som viktigt i tjänsten och lyft fram egna exempel som visar att du har den erfarenhet eller kunskap som efterfrågas.

Videointervju?

Det kan hända att en rekryterare kallar in dig till en videointervju. Se då till att du sitter ostört och att det som syns bakom dig i bild helst är en neutral vägg, eller i alla fall en välstädad bakgrund.





Inget skitsnack

Prata aldrig negativt om tidigare chefer eller arbetsplatser.

Men lönen då?

Allt måste inte avhandlas i första mötet. Lön och villkor kan du spara till ett senare tillfälle om inte rekryteraren tar upp det.

Hur ser dina chanser ut?

Våga avsluta intervjun med att fråga om nästa steg i processen och hur dina chanser ser ut. Det visar bara på att du är angelägen om tjänsten.

Tänk på ditt kroppsspråk

1. Hälsa på alla som är i rummet med ett fast handslag, ett leende och glöm inte att möta deras blick.
2. Kom ihåg att hålla ögonkontakten. Titta uppmärksamt på personen som pratar. Tänk på att möta alla med blicken när du ger ett längre svar, om det är flera personer i rummet.
3. Undvik att sitta med armarna i kors under intervjun. Det signalerar att du känner dig defensiv och obekvä. Är du nervös över vad du ska göra med händerna? Ta med penna och ett anteckningsblock så att du kan anteckna under intervjun.

Vad händer nu?

Hur kändes det?

Ibland kan det trots förberedelser inte kännas bra efter en intervju. Här kan du läsa om de **fem vanligaste intervjumisstagen** och hur du rättar till dem.

Följ upp

Maila gärna rekryteraren efter intervjun och tacka för intervjun.



För fler tips, besök gärna
vår [hemsida](#).

**Lycka till
på intervjun!**



Manpower®