

”Jag är flexibel och stresstålig och tycker om att arbeta med människor.” Det låter ju toppen. Men inga ord är något värda om du inte kan backa upp dem med konkreta exempel. **Jessica Dinkel**, rekryteringskonsult på Dfind Science & Engineering, berättar om cv-formuleringar hon läst alltför många gånger och delar med sig av tips som får ditt cv att vända från flopp till flipp.

**J**ag läser upp emot 100 cv:n varje dag. Det är en enorm mängd information att ta till sig. Och det blir en hel del slitna klyschor som börjar skava i ögonen efter en stund.

Ett sådant exempel är ”från ax till limpa”. Det låter lite fint, det är väl därför så många som slänger sig med begreppet. Men för oss som läser mängder av cv:n blir det nästan tvärtom. Det är tröttsamt, intetsägande och nästan ett irritationsmoment. Ett cv fyllt med floskler blir intetsägande. Särskild om alla kandidater skriver att ”de tänker utanför boxen”.

Majoriteten av alla cv:n jag läser innehåller någon klyscha. Här är några vanliga exempel: ”jag ser helheten men har också fokus på detaljerna”, ”tänker utanför ramarna”, ”självgående men också en lagspelare”, ”har lätt för att lära”, ”flexibel och stresstålig”.

Visst kan det kan vara svårt att helt undvika floskler, för man vill ju helst få fram alla positiva egenskaper på en och samma gång. Men mitt råd är att i stället ge konkreta exempel som belyser egenskapen du vill lyfta fram. I stället för att skriva ”helhet och fokus på detaljer” kan du skriva: ”Jag gillar att ha en överblick och målbilden klar för ett projekt men i min roll i dag sparar jag mycket tid på att från början också fokusera på detaljerna kring när produkten ska massproduceras och lanseras.”

Det är dock inte kandidaternas fel att de hamnar i floskelfällan, även arbetsgivaren bidrar med en del floskler. När företagen ska rekrytera ser de chansen att efterlysa någon form av supermänniska i sin annons. Exempelvis: ”Du ska vara ung med lång erfarenhet.” Det är en omöjlig ekva-

” Majoriteten av alla cv:n jag läser innehåller någon klyscha.

*Flosklerna  
som rekryteraren  
tröttnat på*



tion. Många arbetsgivare skriver en alldeles för lång önskelista med egenskaper och kompetenser, trots att de kanske egentligen bara behöver några av dem. Där måste man som rekryteringsansvarig strama upp och se vad som verkligen behövs för tjänsten.

## ” Det finns en anledning till att det heter just personligt brev.

### Det personliga brevet

Ett personligt brev är en viktig del av en jobbansökan. Det finns en anledning till att det heter just personligt brev – här ska du lyfta fram din personlighet och brevet ska vara en förklaring och beskrivning av varför du söker tjänsten. Brevet ska vara skraddarsytt för det företag och den tjänst du söker. Nyckelbudskapet är – vad du kan bidra med – inte vad det nya jobbet skulle ge dig utan vad du skulle ge om du fick jobbet. Det är frustrerande att läsa cv:n och personliga brev som är generiska och kan gälla fler tjänster.

Tänk på att lyfta fram det viktigaste i brevet och som matchar annonsen och det arbetsgivaren söker. Det visar att du läst annonsen och förstår vad som efterfrågas. Om du inte förstår tjänstebeskrivningen eller vad som efterfrågas så är det mycket troligt att du inte har kvalifikationerna för tjänsten. Använd alltså inte "hagelsvärmstekniken" för att täcka upp allt som eventuellt efterfrågas i tjänsten på grund av att du är osäker. Utgå i stället ifrån dina erfarenheter och kompetenser och förklara vad du kan bidra med.

## ” Klä dig efter tillfället och det jobb du söker.

### Kontrolläs din ansökan

Dags att skicka iväg din ansökan? Läs igenom allt noga en gång till och se till att inga felstavningar smugit sig in. Om du skickar din ansökan via e-post, använd en adress som låter neutral och professionell. Annars kan mottagaren få förutfattade meningar om dig redan från början.

Förhoppningsvis tas din ansökan emot positivt och du kallas till en intervju. Också då finns det en hel del att tänka på för att undvika floskelfällan. Givetvis ska du vara tydlig, konkret och svara på frågor utan att svänga dig med självklarheter och överdrifter. Var försiktig med att säga saker som att du är ödmjuk för att sedan skryta om hur framgångsrik du är. Men du ska heller inte säga att du är ödmjuk och sedan nedvärdera dig själv.

Akta dig för opassande och fördomsfulla kommentarer och för att fokusera på ovidkommande saker som till exempel dina fritidsintressen. Visst ska du vara personlig, men

var konkret och inrikta dig i stället på ämnen som rör det aktuella jobbet.

Men redan innan intervjutillfället bör du fundera på några självklarheter, som kan sälla bort dig om du inte tänker rätt.

- *Klädseln.* Klä dig efter tillfället och det jobb du söker. Vem ska du träffa? Är det en försäljningschef, vd eller kanske en inbiten forskare?

- *Vad vill du ha ut av intervjun?* Om du tycker att du är dålig på att tala om dig själv, skaffa ett bollplank som du kan stämma av med. Glöm inte att ställa frågorna om saker som du undrar över: hur ser tidplanen ut framåt i processen, när ska tjänsten tillsättas och vad behöver jag bidra med inför nästa steg?

Om du har förberett allt detta kan du inte göra så mycket mer än att ha en glad och positiv utstrålning.

Och förresten, se till att du inte har kalla händer när du ska skaka hand inför intervjun. En undersökning som gjorts av *John Bargh*, PhD, professor i psykologi vid Yale University och *Lawrence Williams*, PhD, University of Colorado, visar att kalla händer minskar dina chanser att ge ett gott första intryck. Så tänk på att hålla värmen, till exempel genom att hålla en varm kopp kaffe eller te i händerna. För det skulle väl vara snöpligt att försämra det första intrycket när du tagit dig förbi alla andra hinder på vägen till ditt nya jobb!



**JESSICA DINKEL**  
rekryteringskonsult  
Dfind Science & Engineering

### SEX GODA RÅD FÖR ETT CV UTAN FLOSKLER

- Se till att ditt cv är bra strukturerat och lättöverskådligt. Kan rekryteraren inte direkt se att du har de kvalifikationer som ställs upp i kravspecifikationen är risken stor att ditt cv hamnar i nej-högen.

- Läs igenom ditt cv med kritiska ögon. Det är lätt att falla i floskelfällan. Arbeta med att skriva om och använda andra ord.

- Var personlig och konkret. Din kompetens och fina egenskaper kommer inte fram om du inte kan ge konkreta exempel på dem.

- Var gärna personlig, men bli inte för privat. Skriv överskådligt med tydliga rubriker.

- Se till att du har en passande bild i ditt cv. Ett ansikte gör det lättare för rekryteraren att komma ihåg dig. Använd inga semesterbilder. Välj i stället en trevlig och professionell porträttbild.

- Tänk på att din cv och det personliga brevet ska komplettera varandra – inte upprepa samma sak.