



VÄSTERVIKS
KOMMUN

Jobba i Sverige!



Våra bästa tips till dig som är ny i Sverige och vill komma in i det svenska arbetslivet

Hej!

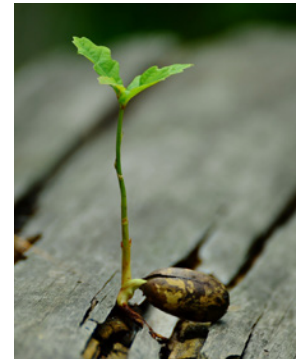
Du är en viktig resurs och behövs i det svenska arbetslivet. Med denna folder vill vi ge dig lite kunskap och våra bästa tips och råd.

Det är mycket som är nytt och annorlunda i Sverige. Kulturskillnader finns överallt och olika kulturer har olika vanor för hur vi hälsar, fikar, söker arbete och mycket annat.

Denna folder ska ge dig kunskap om kultur och värderingar, tips och råd om hur det svenska arbetslivet och den svenska arbetsplatsen fungerar och hur vägen till jobb ser ut här i Sverige. Här ger vi dig tips hur du kan utveckla dittsvenska språk på arbetsplatsen.

Vi hoppas du kan ha nytta av folderns tips och råd, och att det stöttar dig på din väg mot ett jobb eller en praktikplats. Du har kanske ett drömjobb eller ett mål som du vill nå i arbetslivet? Ha det framför dig, kämpa och håll ut. Ta hjälp när du känner att du inte förstår, språk, kultur eller sättet att få jobb i Sverige. Du är en viktig resurs och behövs i det svenska arbetslivet.

Lycka till! Vi är många som finns här för att hjälpa dig, Reem, Lotta och Per.



Kultur kommer från latinska ordet cultura, vilket betyder odling. Vi gror, odlas och växer in i vår kultur. Vår kultur utvecklas och samhällen och människor förändras, över tid.

Vad är kultur

Ordet kultur, i vårt multikulturella sammanhang, betyder att gro och växa. Människan föds inte med en kultur, den växer man upp i och lär sig genom andra och bygger sina egna värderingar och normer. Man ser världen genom sina egna kulturella glasögon, inte som den är.

Vad kan påverka en människas värderingar och normer?

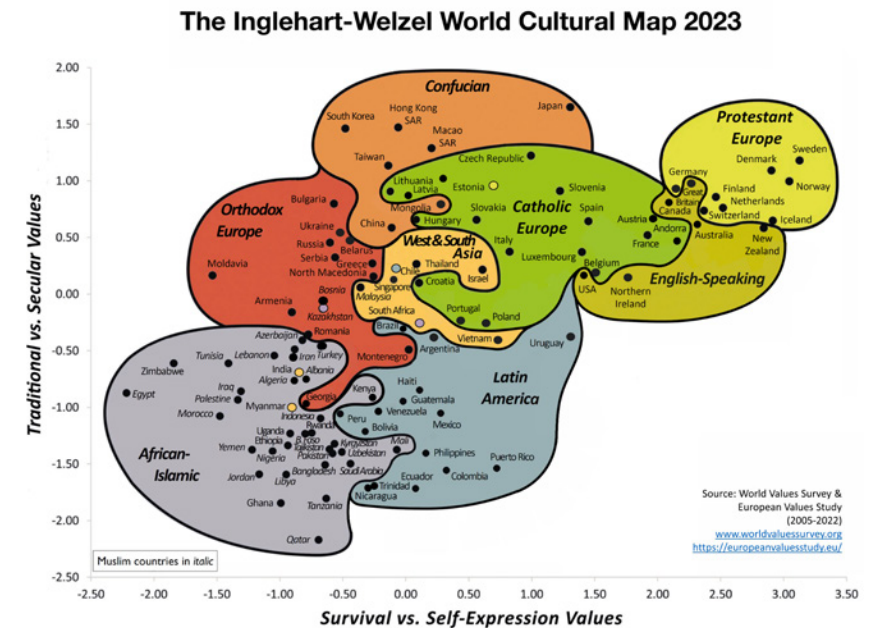
- Var i världen man är född; vilket klimat råder, varmt och skönt, kallt och bister?
- Vilket välstånd har landet och regionen har; är det rikt eller fattigt i det område som man växer upp i?
- Familjesystem. Växer man upp i ett individualistiskt samhälle eller ett samhälle där den större gruppen har stort inflytande och makt tex släkten.
- Samhällsstruktur. Demokratiskt samhälle som ger människan rätt att delta i landets styre och ha inflytande över sitt eget liv eller en totalitär stat som kräver underlydnad och har kontroll över människors liv.

För att ge dig en sammanfattning av hur det lilla landet Sverige fungerar, i förhållande till andra kulturer så tar vi hjälp av World value surveys värderingskarta, se bilden. Kartan tas fram genom gedigen forskning och beskriver hur kulturer förhåller sig till varandra utifrån ett antal olika värderingar.

Som ni ser ligger Sverige rätt ensamma längst upp i högra delen av kartan. Länder som ligger där kännetecknas av:

Landet har länge varit tryggt och välmående. De allra flesta har tak över huvudet, mat på bordet och invånarna behöver inte kämpa för sin överlevnad. Tvärtom, de har tid och pengar för att ha fritidsintressen, förverkliga sig själva utan att behöva tänka på den egna tryggheten. Ju längre ut på den horisontella axeln desto mer grundtrygghet och välstånd.

Ett annat kännetecken är att invånare har en stor tilltro till att individen har egna resurser och egenmakt för att sköta sitt eget liv, ta egna beslut och styra sig själv. Man förlitar sig oftast inte på någon stat, religion eller något klan-system. Familjen består oftast av kärnfamiljen, mamma, pappa och barn, som man behöver ha direkt ansvar för.



Ju längre ut på den vertikala axeln desto tilltro har individen på den egna förmågan att sköta och styra sitt liv.

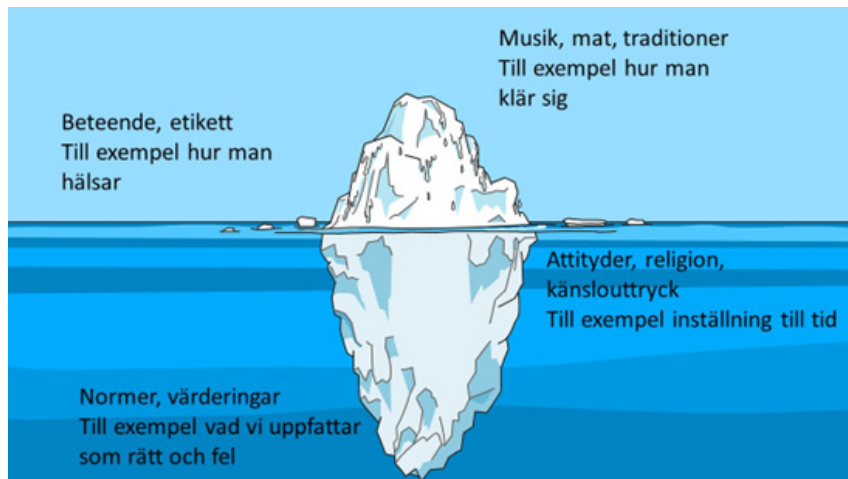
Nyfiken på mer om WVS värderingskarta, <https://www.worldvaluessurvey.org/WVSContents.jsp?CMSID=Findings&CMSID=Findings>

Det kulturella isberget

Vår kultur beskrivs ofta utifrån ett isberg. De saker som vi uppfattar med våra sinnen ger oss ledtrådar om vilken kulturell bakgrund en person kan ha. Det vi ser, hör, smakar osv. visar vägen. De synliga delarna av en kultur säger vi ligger ovanför havsytan. Lite längre ner mot havet ligger beteenden och vett och etikett som vi lär oss i vår kultur. Det blir beteenden som visar vilka vi är till exempel på det sätt vi hälsar, tar i hand, kramar, kindpussas eller gnuggar näsa.

Nedanför ytan hittar vi det som är osynligt, som finns i våra tankar och uppfattningar. Närmast ytan ligger det som uttrycks i attityder, religion och känslouttryck. Inställning till tid är ett exempel, som styr oss i Sverige "på minuten" medans andra kulturer inte prioriterar tid på samma sätt, det är inte lika viktigt.

Längst ner, mest dolt, ligger våra normer och värderingar. Det som styr våra bedömningar om vad som är rätt och fel, det som styr vårt sätt att värdera beteenden och händelser. Vårt synsätt och åsikter ger uttryck för våra normer och värderingar.



Anteckningssida

Reflektera över den kultur du kommer ifrån och den svenska kulturen du mött. Vad är synligt och osynligt? Vad är nytt och ovant för dig, i den svenska kulturen? Vad är viktigt att behålla från den kultur där du är uppvuxen?

[illegible]

Kultur på arbetsplatsen

Du är ny i landet, staden och platsen. Det du gör och säger, hur du uppträder representerar den du är och vad du kan. Du är ditt eget varumärke.

Här är några tips som kan hjälpa dig att förstå den svenska arbetskulturen:

- **Ta initiativ och visa vad du kan.** Du är ny och ingen känner din kapacitet eller din kunskap och erfarenhet. Passa på att visa den, så kollegor och chefer vet vad just du kan.
- **När du träffar på något annorlunda, våga fråga varför.** Då undviker du missförstånd och får lära dig hur det verkligen fungerar i Sverige. Att gissa är inte rätt väg, det är bättre att ta reda på varför.
- **Be om hjälp när du behöver.** I Sverige är det viktigare att be om hjälp än att göra fel. En chef uppskattar att du vill rätta till det du upptäckt. Det visar på att du tar ansvar och vill företagets bästa.
- **En chef och ledare i Sverige, betraktas ofta som en vanlig anställd men med större uppdrag och ansvar.** Du kan ofta inte se att någon är chef. De sitter i samma rum, har samma kläder, fikar och äter lunch på samma sätt som alla andra på arbetsplatsen.
- **Det är ok att inte kunna allt och berätta det.** Det går bra att säga: nej, tyvärr det kan jag inte, eller nej det förstår jag inte. Vi lär och utvecklas varje dag.
- **I Sverige så planerar man sitt arbete i en kalender och bokar tider för möten.** Se till att anteckna dina egna möten och tider, även i privatlivet, t.ex. barnens aktiviteter.

Sociala koder på arbetsplatsen

Det absolut viktigaste är att komma i tid, och gärna komma några minuter före den avtalade tiden. När man bestämmer en tid för ett möte så kommer man alltid i tid i Sverige. Det gäller alla sorters möten: intervjuer, föräldramöten, föreningsmöten, arbetsmöten med mera. Skulle man vara några minuter försenad så ringer man alltid och talar om det. Det är av respekt för den du ska träffa.

Var med på fikan. På nästan varje svensk arbetsplats så har man en förmiddagsfika och en eftermiddagsfika. Då dricker man kaffe eller te och pratar om vanliga sociala saker, till exempel vad som händer och sker i livet och runtomkring. Det är viktigt att vara med och ta en plats kring fikabordet. I början känns det konstigt och ovant, kanske svårt att prata som du vill. Men ju mer du fikar desto mer svenska lär du dig och du får snabbare ett nätverk av kollegor.

Ta av ytterkläder och mössa eller keps när du kommer in på en arbetsplats, i ett möte eller en intervju. I Sverige tar vi av oss ytterkläderna direkt när vi kommer inomhus och hänger av oss. Om du sitter med ytterkläderna på verkar du ointresserad och personen du träffar uppfattar det som om du är på väg ut igen. Känns det som om du kommer att frysa, ta med en extra tröja eller kofta.

Lite fler tips; stäng av mobiltelefonen när du träffar någon och är i ett möte. Var lite sparsam med parfym och starka dofter då detta kan vara jobbigt för allergiska personer.

Språket på arbetsplatsen

Var modig och våga prata svenska! Du lär dig mer svenska om du försöker, försöker och försöker igen. Det är inte farligt att säga fel, det är farligare att inte försöka och att vara tyst. Några fler tips om språket:

Lyssna ordentligt för att förstå. Olika kulturer har olika kommunikationsstilar. Titta även på kroppsspråket, då kan du få hjälp att förstå vad personen säger.

Be att få information skriftligt, så att du kan följa upp och läsa dig till informationen. Då kan du kolla så att du förstår allt korrekt och kan lära dig fler bra ord.

Det är bra att upprepa det du hört och fråga om det är korrekt. Då får du veta om du har uppfattat samtalet rätt. Prata om det ni ser, gör, hör eller upplever.

Tänk på att du också kommunicerar med kroppen så använd ditt kroppsspråk för att förklara det du vill säga.

Kan du engelska så kan du använda det när du har svårt att förklara på svenska, men annars är svenskan viktigast att använda.

Ta hjälp av Lexin eller Google translate på webben för att hitta rätt ord på svenska.

Anteckningssida

De viktigaste tipsen som jag ska ta med mig framåt. Annat som jag ska tänka på eller ta reda på.

Vägar till jobb

Det finns några värdefulla tips som hjälpt många andra att få ett jobb, nämligen:

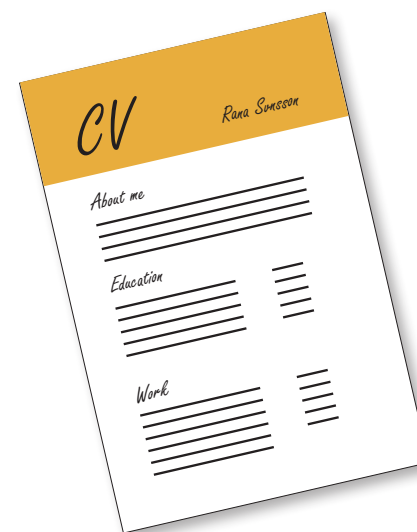
1. Kämpa på med din svenska! Gå studieförbundens kurser, hitta spårkaféer i din närhet. Öva i affärer, på barnens skola. Ta alla tillfällen i akt att prata svenska.
2. Se till att du har ett bra CV och personligt brev! Det är ditt första intryck och viktigt att det är uppdaterat och komplett.
3. Ta hjälp av dina kontakter i Sverige. Nätverk är viktiga och effektiva och kan leda till ditt första jobb.
4. Ta ett första jobb, som kanske inte är det du egentligen vill ha. Då får du en referens, får öva ännu mer på svenska språket och försörjer dig själv. Det är klokt att börja jobba, via service-, omsorgs- eller restaurangjobb, på väg till ditt mål.
5. Får du chans att göra praktik – ta den! När foldern skrivs så kan inte ukrainska skyddsbehövande gå ut på en praktikplats, via Arbetsförmedlingen. Men håll utkik, det kan ändras och då är det en väldigt bra väg in till arbetslivet.
6. Kämpa, håll ut och se framåt. Sätt upp mål för din väg mot jobb! Gör resan dit enklare och tydligare genom att ge dig själv delmål på vägen. Se jonsökandet som ett projekt och ett uppdrag som är viktigt.

CV

Ditt CV är en sammanfattning på dina tidigare erfarenheter. Dina tidigare jobb, ända sedan du hade din första anställning, dina studier och annat arbete, kanske ideellt eller hemarbete, som visar på din kunskap och kompetens.

Ett CV skrivs ofta på ett särskilt sätt, och det finns bra mallar som hjälper dig. Behöver du hjälp att skriva ett CV på svenska? Kolla om någon volontär på språkcaféet eller en av dina svenska vänner kan hjälpa dig. Våga fråga.

I ett personligt brev berättar du lite mer om dig själv, din bakgrund och dina intressen, men framförallt varför du är intresserad av jobbet/praktikplatsen, vilka dina styrkor är som företaget kommer ha nytta av och annat som är viktigt för arbetsplatsen att veta.



Tips inför intervjun:

- Läs på om företaget, hur de arbetar och vad de har för vision och mål. Då kan du ställa egna frågor och visa på ditt intresse.
- Kom i tid, ta av dig ytterkläderna och klä dig i kläder som passar för jobbet.
- Uppdatera ditt CV så att det är färskt.
- Skriv ett personligt brev som är anpassat för jobbet och företaget som du söker jobb hos. Informera dina referenser om att du har lämnat ut deras kontaktuppgifter.

Du behöver kämpa själv för att få ett arbete. Det är ingen annan än du själv som kan lyckas med det. Det kan ta tid att få ett jobb, så ha tålamod i den processen. Du kan få mycket hjälp och stöd på vägen, men du är själv ansvarig för att göra resan till ett arbete.

Ge inte upp, kämpa på - det finns ett jobb för dig, även om det tar lite tid.

Lycka till!

Anteckningssida

Vad behöver jag göra för att komma i arbete i Sverige? Vilka är mina delmål på vägen dit?

[illegible]

Lycka till, vi tror på dig!

Kontakta oss gärna om du vill veta mer eller har frågor
Reem al Haddad, projektledare Arbetsliv i fokus
E-post: reem.alhaddad@vastervik.se
Tel: 0490-25 50 77



**VÄSTERVIKS
KOMMUN**



**Länsstyrelsen
Kalmar län**

Denna folder ges ut inom ramen för projekt Arbetsliv i fokus: Projektet är finansierat av Länsstyrelsen i Kalmar län, genom TIA-medel, Tidiga Insatser för Asylsökande