



Progressionskort

Datum
Namn

5 är högst
1 är lägst

Har du en idé om vilket arbete du gärna vill ha?

Hur ställer du dig till att ta kontakt med personer du inte känner?

Vet du vad du ska göra för att förbättra dina möjligheter att få ett arbete?

Hur bra är du på att samarbeta med andra?

Tror du att du klarar av ett arbete?

Får du stöd från familj och vänner när du behöver hjälp?

Tror du att dina kompetenser kan användas på en arbetsplats?

Har du energi i vardagen till att fokusera på att få ett arbete?

Hur skulle du bedöma din (fysiska och psykiska) hälsa när det gäller att klara av ett arbete?

Vill inte svara



Hur söker du jobb? (sätt gärna flera kryss)

- Genom tips i tidningar, på nätet eller annat
- Genom databaser på nätet
- Har kontaktat en arbetsgivare frivilligt utan att bli uppmanad eller tillsagd
- Har frågat min familj, vänner och bekanta om de känner någon som kan hjälpa mig att hitta ett jobb
- Har berättat på min praktikplats att gärna vill ha jobb efter praktiken
- Anmält mig till vikariepool
- Kontaktat rekryteringsföretag
- Jag söker inte jobb (för jag är sjuk eller av andra orsaker)
- Vill inte svara

Hur hög lön ska du ha för att tacka ja till ett jobberbjudande?

_____ kronor/månad

- Jag vill inte svara/vet inte
- Lönens storlek spelar ingen roll