



Råd til god opstart

For nogle ledige kan en praktik eller et ordinært job på en virksomhed være et stort skridt. De har måske været ledige længe, eller de har psykiske udfordringer, som gør, at de let bliver usikre og utrygge.

Men I kan hjælpe samarbejdet godt på vej med følgende 8 råd. Praktikanten kan være jeres kommende medarbejder, så det er en god investering.

- 1. Spørg, hvordan de psykiske udfordringer viser sig på en arbejdsdag.** I skal vide, hvad I eventuelt skal tage hensyn til. Bliver personen stresset af for mange bolde i luften, har vedkommende svært ved at huske en besked, eller er det svært at skulle samarbejde med for mange forskellige personer?
- 2. Spørg til de gode løsninger.** Spørg praktikanten hvad der vil kunne hjælpe i hverdagen. Skal I lave huskesedler, skal I finde en plads uden for megen uro, eller er der andre ting som kan hjælpe. Små tiltag kan godt have en stor virkning
- 3. Find en kollega, som kan være kontaktperson.** Så er der altid én at spørge og én der har et ekstra øje på, hvordan det går
- 4. Informer kollegaerne.** Kollegaerne skal ikke kende en eventuel lang sygehistorie, men hvis kollegaerne skal tage hensyn, er de nødt til at vide, hvad de skal tage hensyn til
- 5. Find passende udfordringer.** Når man er ny på arbejdsmarkedet har man brug for succeser. Dem kan man få ved at løse opgaver med en passende sværhedsgrad
- 6. Giv feed-back.** Hvis man har været langt fra arbejdsmarkedet, kan man have ekstra brug for at få at vide, hvornår opgaven er løst godt nok. Ros det der går godt, og kom med bud på, hvordan andre ting kan gøres bedre
- 7. Vær klar til at justere.** De løsninger I har fundet fra en start, er måske ikke de rigtige. I bliver klogere hen ad vejen, så prøv jer frem.
- 8. Bed om hjælp på jobcentret,** hvis udfordringerne er større end I selv kan klare. Der kan være mulighed for ekstra støtte. Find kontaktoplysninger til jobcentret her: <https://info.jobnet.dk/mit-jobcenter>