

Jobansøgninger fra social- og sundhedsassistenter

Gode formuleringer til inspiration

Indhold

Jobansøgningen	1
Overskrifter	1
Idealer og holdninger.....	1
Faglige kompetencer og erhvervserfaring	2
Personlige kompetencer (der også skal være fagligt relevante).....	4
Relation til arbejdspladsen/jobannoncen	4
Nyuddannet	5
CV'et	5
Problemer i ansøgningerne.....	6

Bemærk, at eksemplerne på gode formuleringer kan også bruges til inspiration for social- og sundhedshjælpere.

Jobansøgningen

Overskrifter

Ildsjæl med stort hjerte og høj faglighed

Energisk og iderig med passion for mennesker

Idealer og holdninger

- Jeg brænder for helhedsplejen med de mange forskelligartede opgaver og trives fantastisk i en travl hverdag, hvor ikke to dage er ens.
- Jeg holder af at give borgerne mulighed for at leve deres liv, som de ønsker det, på trods af de udfordringer de har. At skabe muligheden for, at borgeren selv kan tage et ansvar for egne valg og eget liv, det er netop det i mit arbejdsliv, der har givet mig de gode udfordringer og arbejdsglæde.
- I arbejdet som social- og sundhedsassistent har jeg været meget opmærksom på, at de små ting for de mennesker, jeg hjælper, kan gøre en stor forskel. Og at motivation og samtale er yderst vigtigt i samspillet mellem mennesker. Denne indstilling mener jeg også vil være positivt i jobbet som social- og sundhedsassistent i jeres team.

Faglige kompetencer og erhvervserfaring

Eksempler på punktopstilling

Jeg vil særligt kunne byde ind med følgende erfaringer og kompetencer:

- Vidensdeling/undervisning af fag-personer i hjemmeplejen i brugen af omsorgssystem, FMK, og anden velfærdsteknologi.
- Kommunikation og formidling – foredrag for børn og unge eller fag-personer – i at vokse op i familier med alkoholmisbrug.
- Erfaring med at arbejde rehabiliterende og nytænkende
- Implementeringen af velfærdsteknologi i hjemmeplejen
- 9 års erfaring fra hjemmeplejen
- Både faglige og personlige erfaringer i at arbejde med forskellige mennesker.

Af relevante medicinsk erfaring kan jeg bl.a. nævne:

- Medicindosering, herunder ajourføring af FMK
- Sårbehandling, herunder trykscore samt forebyggelse og tilsyn af tryk
- Kontakt til pårørende, læger, sygehus, personale mv.

Generelle kompetencer i faget

- Da jeg arbejdede som vikar, fik jeg altid god feedback fra vikarselskabet, hvilket de også kan bekræfte.
- Jeg reflekterer over mit arbejde og dokumenterer det nødvendige for den bedste pleje.
- Den erfaring og viden, jeg har fået gennem begge arbejdsforhold, har rustet mig til opgaver af meget forskellig karakter. Jeg har stor almen forståelse for de forskellige faggrupper og dermed en god indgangsvinkel til at sparre og samarbejde.

Særlige målgrupper og arbejdsopgaver

- I mit arbejde har jeg beskæftiget mig med psykisk sårbare med bl.a. sociale problemstillinger. Opgaverne har været meget forskellige, og udover støttefunktion til borgere i eget hjem har mit arbejde også bestået i kontakt til andre instanser, skriftlig dokumentation, tværfagligt samarbejde mm.
- Fra 1997-2005 var jeg ansat i dagcenteret Rosenhaven, hvor mine primære opgaver var både i terapien med det kreative og i fysioterapien med vedligehold/genoptræning - i begge områder med ansvar for grupperne og tilsvarende hold. Ligeledes hjalp jeg indimellem chaufføren på ture ud af huset.
- Jeg arbejder i øjeblikket på et ældrecenter i X-by, hvor jeg bl.a. har arbejdet en del med diabetes, fx hvordan man håndterer en borger, som ikke helt ønsker at følge lægens råd, når det gælder insulin samt decubitus, hvor vi søger at behandle grimme sår bedst muligt.
- Tidligere var jeg på et bosted for unge med psykiske lidelser, hvor jeg har arbejdet meget med piger med spiseforstyrrelser og skizofreni samt autisme.
- Jeg var primært tilknyttet dagcenteret, men har også arbejdet ca. 4 år i bostøtten og har derved fået en bred erhvervserfaring.

- Borgerne var mellem 25 og 70 år og havde en medfødt eller erhvervet hjerneskade, der gav udtalte fysiske, psykiske og kognitive problemer. Som følge af skader på hjernen, oplevede mange af dem demenslignende symptomer. Mit arbejde bestod derfor i høj grad af at træne, vedligeholde og afhjælpe de udfordringer, hjerneskaderne har givet den enkelte.
- Ved at være afløser på Trekanten har jeg også haft glæden af - og fået mere erfaring af - at være med på den årlige campingtur med brugerne. Den har jeg deltaget i i to år. Det har givet mig et meget større indblik i psykiatrien og har lært mig mere om at se det menneske, der er bag diagnosen, og har vist mig, at mange kan meget mere, end de selv tror, og end de viser i hverdagen
- I øjeblikket er jeg ansat som social-og sundhedsassistent på xx Hospital som vikar, hvor jeg kommer rundt på forskellige afdelinger. Mine arbejdsopgaver er, at jeg selvstændigt udfører sygeplejeopgaver, omsorg og pleje samt reagerer hensigtsmæssigt på ændringer i patienters almene sundhedstilstand, observationer samt behandling i henhold til afdelingernes retningslinjer. I samarbejde med patienten arbejder jeg sundhedsfremmende og sygdomsforebyggende i udførelsen af de planlagte opgaver. Jeg er vant til at navigere rundt i hospitalernes IT-systemer og er hurtig til at sætte mig ind i nye.
- Som social- og sundhedsassistent ønsker jeg at bidrage til at udbrede og bevare vigtigheden af god pleje af ældre borgere og sørge for, at de får et værdigt og spændende liv. Samtidigt er det meget fascinerende at arbejde med de forskellige sygdomme og udfordringen i at være med til at forebygge og behandle nogle af disse.
- Som sundhedsformidler for X Kommune har jeg haft rig mulighed for at møde ældre borgere af anden etnisk herkomst. Gennem disse møder har jeg fulgt en forandring af den kulturelle opfattelse af sikkerhedsnettet blandt ældre og deres børn. Deres opfattelse har så småt ændret sig til, at de begynder at blive mere åbne overfor offentlig hjælp fremfor at modtage hjælp fra deres børn.
- Endvidere har jeg været med til at implementere nye tiltag på arbejdspladser, som fx FMK, iPads og div. velfærdsteknologiske løsninger, som kan gøre borgerne mere selvhjulpne.
- Jeg har et stort ønske om at arbejde med børn og unge, da jeg mener at kunne være med til at højne livskvaliteten for denne gruppe.

Andre relevante kompetencer og erfaringer

- Jeg taler og skriver dansk som en indfødt, behersker arabisk herunder diverse dialekter og marokkansk på højt niveau og taler og skriver udmærket engelsk. Dette mener jeg er vigtigt at fremhæve, idet arbejdet i høj grad også er baseret på kommunikation og forståelse.
- Jeg er ikke ubekendt med at være i en stilling, der kræver ansvarsfølelse, idet jeg i hjemmeplejen var ansvarshavende aftenvagter, og i Kirkens Korshær havde jeg det daglige ansvar for de frivillige medarbejdere samt de praktiske ting såsom at åbne/lukke cafeen, rengøring og madlavning. Dette har givet mig en bred vifte af erfaring, som jeg godt kunne tænke mig at udvide, og derfor vil jeg rigtig gerne være en del af jeres team.
- Jeg har i en periode arbejdet sammen med Tuba i X afdeling, hvor fag-personer i kommunen blev klædt bedre på til at kommunikere og hjælpe unge, som er vokset op i familier med alkohol/misbrug. Ud over

dette holder jeg foredrag om at vokse op i familier med alkohol. Dette gør jeg for at være rollemodel og inspiration for andre, som har mødt modgang i livet.

Personlige kompetencer (der også skal være fagligt relevante)

- Omkring borgerne bevæger jeg mig tålmodigt frem for at skabe en vedvarende relation og tryghed, og jeg er fintfølelse med de fleste medmenneskers sindstilstand.
- Jeg er en dygtig relationsdanner og kommer længst som fagperson, når "den anden" har tillid til mig. I en anerkendende tilgang forsøger jeg at få adgang til de betydningsfulde historier, vi alle kan fortælle om os selv og vores liv. At være til stede, være hjælpsom og støttende med hvad som helst og have nærvær kan give "den anden" en følelse af at betyde noget for "nogen", hvilket vi alle har brug for.
- Jeg er desuden rigtig god til at få skabt en tæt kontakt og har empati i mødet med patient og pårørende. Og også til at vejlede dem om, hvad de skal igennem, så der er en tillidsfuld og tryk kontakt mellem patient og personale fx i forbindelse med indlæggelse.
- Det er vigtigt for mig at blive udfordret på mit faglige arbejde ved at få nogle spændende opgaver.
- I mit arbejde har jeg altid fokus på at inddrage og anerkende den enkelte, så det skaber en følelse af inklusion, ligeværdighed og øget selvværd. Det giver mig noget helt personligt at kunne støtte og hjælpe andre mennesker til at mestre hverdagens udfordringer og bidrage til at skabe de store såvel som de små succeser.
- Jeg har det tålmodige og robuste gemyt, der skal til, når man skal fungere som en solid støtte og guide for borgerne, så de kan hjælpe sig selv.
- Både fra min uddannelse og min beskæftigelse har jeg erfaret, at jeg er god til at bevare overblikket og være produktiv – også under pres. Desuden er jeg hurtig til at sætte mig ind i nye arbejdsområder og er yderst fleksibel, hvad arbejdsopgaver angår.
- Jeg er god til at skabe struktur og have orden i tingene, da det er med til at give ro hos de mennesker, jeg har med at gøre. Det kan gøre, at de får mere overskud til andre ting i hverdagen.
- Som person er jeg empatisk, trodsig i min viljestyrke, livsglad og vægter det enkelte menneskes værdier og ønsker højt. Mine tidligere kollegaer ville nok beskrive mig som smilende, positiv og altid parat til at give en hjælpende hånd.
- Man skal være lyttende og det er en af de egenskaber, jeg medbringer. Jeg ved, hvor vigtigt kropssprog er, uanset om det er verbalt eller nonverbalt
- Før jeg fik interesse for social- og sundhedssektoren, har jeg arbejdet som hotelreceptionist, så jeg er yderst serviceminded, god til at skabe overblik og til at have mange bolde i luften ad gangen.

Relation til arbejdspladsen/jobannoncen

- Jeg har et positivt indtryk af X Plejehjem som en god arbejdsplads, og jeg vil gerne bidrage til at gøre X Plejehjem til et dejligt sted at bo med godt arbejdsmiljø.

- Jeg har stor indsigt i de arbejdsopgaver, der er forbundet med psykiatri og har derfor særdeles gode forudsætninger for at yde den rette støtte og hjælp i forhold til netop denne gruppe af borgere. Jeg er vant til at medicinere og varetage det praktiske i forhold til dette.
- Jeg vil gerne være en del af et team, som ønsker livsglade og sunde borgere, og jeg syntes, jeg kan bidrage positivt med både mine faglige og personlige erfaringer til at være en del af X teamet i X Kommune

Nyuddannet

- Jeg valgte at uddanne mig til social- og sundhedsassistent, da jeg gerne ville udvide mine kompetencer og samtidig udvikle mig personligt. Jeg har fået en masse gode oplevelser og erfaringer gennem de praktikker, som jeg har haft gennem min uddannelse. Det har gjort, at jeg brænder endnu mere for mit fag og gerne vil være med til, at de mennesker, som har behov for støtte eller hjælp i hverdagen, får mulighed for at få den gode og trygge tilværelse, de ønsker.
- På uddannelsen er jeg blevet klædt på til at dokumentere og arbejde tværfagligt.

CV'et

Eksempel 1:

2007-2015: Ansat ved socialpsykiatrien, X Kommune

- Støttefunktion til psykisk sårbare borgere i eget hjem: Jeg-støttende/motiverende samtaler, struktur, ledsager ved gåture, indkøb, værestedsbesøg, møder, lægebesøg og indlæggelser, støtte i varetagelse af personlig økonomi.
- Journalføring i EKJ og statusrapportskrivning.
- Kontakt til og samarbejde med tværfagligt personale.
- NADA-behandlinger.
- Vejledning i brug af mindfulness.
- Vejledning i forhold til misbrugsproblematikker og kontakt til fagpersonale.
- Tilrettelæggelse og planlægning af mine arbejdsopgaver/ugeskema.
- Værestedet.

Eksempel 2:

2006-2010: X center for social psykiatri, X Kommune

Arbejdsopgaver: Strukturering af borgers hverdag, somatisk pleje, medicindosering, tværfagligt samarbejde med læger og psykiater, udarbejdelser af handleplaner, faglig sparring med kollegaer og løbende supervision

☑ Kompetencer/erfaring: Erfaring med psykiatriområdet, kendskab til kognitive behandlingsformer,

herunder også kendskab til refleksionsarbejde. Desuden fortrolig med planlægningsarbejde og fuldt ud vant til gensidig faglig sparring.

Eksempel 3:

Sygeplejefaglige kompetencer:

- ☑ Medicindosering
- ☑ Diabetesbehandling
- ☑ Sårpleje
- ☑ Sondeadministration, anlægning af nasalsonde
- ☑ Kateter- og stomipleje
- ☑ Pleje af døende
- ☑ Samtale med læge og sygehus

Administrative kompetencer:

- ☑ Digital kommunikation og dokumentation på X-købings system - Avaleo.
- ☑ Digital journalskrivning

Problemer i ansøgningerne

- Kedelige overskrifter eller ingen overskrift overhovedet
- Gør ansøgningen til et CV med opremsning af det, der burde stå i CV'et
- Skriver for lidt "fagligt" – for meget: "Jeg kan godt lide at arbejde med ældre" og andre formuleringer, der ikke bærer præg af uddannelsen. Savner flere faglige refleksioner.
- Kun få sætter uddybende ord på deres opremsning af personlige kompetencer
- Kun få relaterer ansøgningen til jobannoncen eller arbejdspladsen – for meget standard
- Mange ansøgninger er meget korte – maks. ½ side.