

Åpenhet om egne vansker

Som deltaker i tilbudet individuell jobbstøtte kan du selv bestemme om du vil være åpen om egne vansker, og hvorvidt du ønsker at jobbspesialisten skal kontakte arbeidsgivere på dine vegne.

1) Identifiser HVA som er dine vansker

Vurder situasjonen din. Hva vil være dine utfordringer i hverdagen og i en jobbsituasjon. Er det noe du eller arbeidsgiver må ta hensyn til?

2) Bestem deg for OM du vil fortelle eller ikke

Fordeler

Risiko

Fordeler	Risiko

Vurder balansen

5) Formuler HVORDAN du vil fortelle det

Beskriv dine styrker

Beskriv utfordringene dine i jobb

6) Ønsker du at jobbspesialisten skal ta kontakt med arbeidsgivere på dine vegne

Fordeler

Ulemper

Fordeler	Ulemper

Vurder balansen

Er det noe du *ikke* vil at jobbspesialisten skal dele med arbeidsgiver?

Sted _____ Dato _____

Signatur