



Prompt-guide til jobsøgning for gymnasielærere i sporskifte

34 prompts, du kan bruge direkte i dit AI-værktøj – fra afklaring af retning til CV, LinkedIn og opsøgende jobsøgning.

Sådan bruger du guiden

Hver prompt er skrevet, så du kan kopiere den direkte ind i et AI-værktøj efter eget valg (fx ChatGPT eller Claude). Udfyld [de firkantede parenteser] med dine egne oplysninger, før du sender prompten af sted. Du må gerne omformulere undervejs eller stille opfølgende spørgsmål, hvis svaret ikke rammer helt rigtigt første gang – jo mere konkret information du giver, jo bedre bliver svaret.

1 Afklaring og retning

Find retning og ord for, hvor du er på vej hen, før du kaster dig ud i CV og ansøgninger.

1.1 Find dine overførbare kompetencer

"Jeg er gymnasielærer og overvejer et sporskifte. Her er en beskrivelse af mit arbejde: **[indsæt fagbeskrivelse/arbejdsopgaver]**. Hjælp mig med at identificere 8-10 konkrete kompetencer fra min gerning som underviser, som er værdifulde uden for undervisning – og giv for hver kompetence et eksempel på, hvordan den kunne bruges i en anden branche."

1.2 Udforsk retninger ud fra styrker

"Baseret på disse interesser og styrker: **[indsæt 3-5 ting du er god til/brænder for]**, foreslå 6 konkrete jobtyper eller brancher, jeg med fordel kunne undersøge som tidligere gymnasielærer. Forklar kort for hver, hvorfor min baggrund passer, og hvilken realistisk indgang der findes (fx videreuddannelse, netværk, entry-level rolle)."

1.3 Test en jobretning mod din hverdag

"Jeg overvejer at gå efter en rolle som **[jobtitel/branche]**. Beskriv en typisk arbejdsuge i den rolle, og sammenlign den med, hvad jeg holder af (og ikke holder af) ved at være gymnasielærer: **[indsæt fx 'tæt kontakt med mennesker', 'variation', 'ferier', 'meningsfuldhed']**. Vær ærlig om, hvor der er match, og hvor der ikke er."

1.4 Afklar dine ikke-forhandlingsbare krav

"Hjælp mig med at strukturere mine krav til et nyt job i tre kategorier: 'skal opfyldes', 'vil helst', og 'kan gå på kompromis med'. Her er nogle løse tanker om, hvad der betyder noget for mig: **[indsæt tanker om løn, fleksibilitet, ferie, kollegaskab, mening mv.]**. Stil mig opklarende spørgsmål, hvis noget er uklart."

1.5 Formulér din 'hvorfor'-historie

"Jeg skal kunne forklare kort og troværdigt, hvorfor jeg forlader gerningen som underviser efter **[antal]** år. Her er mine egentlige grunde: **[indsæt ærlige grunde, fx udbrændthed, lyst til noget nyt, løn]**. Hjælp mig med at formulere 3 varianter af en professionel, positiv 'hvorfor'-historie, jeg kan bruge i samtaler og ansøgninger – uden at det lyder som en klage over gerningen som underviser."

1.6 Realitetstjek på tidsplan

"Jeg er gymnasielærer og vil gerne skifte spor til **[ønsket branche]** inden for **[tidsramme]**. Ud fra hvad du ved om branchen, giv mig en realistisk vurdering af, om tidsplanen er ambitiøs, realistisk eller for forsigtig – og skitsér 4-5 konkrete skridt, jeg bør tage undervejs."

1.7 Sammenlign to retninger

"Jeg overvejer to retninger: **[retning A]** og **[retning B]**. Lav en sammenligning med fordele og ulemper for hver, set i forhold til min baggrund som gymnasielærer og disse prioriteter: **[indsæt prioriteter]**. Kom med en anbefaling, men forklar din begrundelse, så jeg selv kan vurdere den."

1.8 Undersøg lederveje i uddannelsessektoren

"Jeg er gymnasielærer og overvejer, om vejen videre for mig snarere går mod en lederstilling i uddannelsessektoren (fx afdelingsleder, uddannelsesleder eller rektor) end et fuldt sporskifte væk fra sektoren. Ud fra min baggrund: **[indsæt erfaring, fx fag, antal år, eventuelle ansvarsområder som teamkoordinator, censor eller fagudvalg]**, vurdér hvor realistisk denne vej er, hvilke af mine kompetencer der allerede peger i den retning, og hvad jeg typisk skal opbygge for at komme i betragtning (fx lederuddannelse, erfaring med personaleansvar)."

Oversæt din baggrund til et CV og en ansøgning, der giver mening uden for undervisningssektoren.

2.1 Oversæt gymnasielærerfaget til CV-sprog

"Her er min stillingsbeskrivelse som gymnasielærer: **[indsæt]**. Skriv 5 CV-punkter, der oversætter mine erfaringer til sprog, en rekrutteringsansvarlig uden for uddannelsessektoren vil forstå og værdsætte – brug konkrete resultater, og undgå gymnasielærerjargon som 'undervisningsdifferentiering' eller 'elevplaner'."

2.2 Kvantificér din erfaring

"Her er en beskrivelse af mine arbejdsopgaver som gymnasielærer: **[indsæt]**. Hjælp mig med at finde steder, hvor jeg kan sætte tal på min erfaring (antal elever, klasser, projekter, forløb, samarbejdspartnere osv.), så mine CV-punkter bliver mere konkrete og troværdige."

2.3 Skræddersyet ansøgning til et konkret opslag

"Her er et stillingsopslag: **[indsæt opslag]**. Her er mit CV: **[indsæt CV]**. Skriv et udkast til en motiveret ansøgning, der kobler min undervisningserfaring direkte til de krav, der efterspørges – med fokus på overførbare kompetencer, ikke på at jeg 'kommer fra en anden branche'."

2.4 Match-analyse før du søger

"Her er et stillingsopslag: **[indsæt opslag]**. Her er mit CV: **[indsæt CV]**. Lav en liste over, hvilke krav jeg opfylder direkte, hvilke jeg opfylder delvist via overførbare kompetencer, og hvilke jeg reelt mangler. Vær ærlig, så jeg kan vurdere, om jeg skal søge."

2.5 Stærk ansøgnings-åbning

"Skriv 3 forskellige åbningslinjer til en ansøgning, hvor jeg som tidligere gymnasielærer søger stillingen som **[titel]** hos **[virksomhed/type af virksomhed]**. Åbningen skal fange interesse med det samme uden at starte med 'Jeg skriver hermed for at ansøge om...'. "

2.6 Håndtér 'ingen branche-erfaring' i ansøgningen

"Skriv et afsnit til min ansøgning, der adresserer direkte, at jeg ikke har tidligere erfaring i **[branche]**, men i stedet argumenterer for, hvorfor min baggrund som gymnasielærer gør mig til et stærkt bud alligevel. Undgå at det lyder undskyldende."

2.7 Kritisk gennemlæsning af CV

"Læs mit CV som en erfaren rekrutterer, der ikke kender til undervisningssektoren: **[indsæt CV]**. Giv mig konkret, ærlig feedback på, hvad der er uklart, hvad der lyder for 'gymnasielærer-agtigt', og hvad der mangler, for at jeg fremstår relevant til **[ønsket rolle/branche]**."

2.8 Forbered dig på løn- og ansættelsesvilkår

"Jeg kommer fra en gymnasielærerstilling med overenskomstløn og skal nu forhandle vilkår i en stilling som **[titel]** i **[branche]**. Forklar kort, hvad jeg bør være opmærksom på, når jeg går fra offentlig overenskomst til privat ansættelse – og hvilke spørgsmål jeg bør stille undervejs i processen."

Skab en profil og en tilstedeværelse, der peger fremad – ikke kun tilbage på klasseværelset.

3.1 LinkedIn-overskrift

"Skriv 5 forslag til en LinkedIn-overskrift for en tidligere gymnasielærer, der søger ind i [ønsket branche/rolle]. Overskriften skal signalere retning fremad, ikke bare min fortid som gymnasielærer."

3.2 'Om'-tekst med sammenhængende historie

"Skriv et udkast til min LinkedIn 'Om'-sektion. Jeg er tidligere gymnasielærer i [fag] og søger nu ind i [ønsket rolle/branche]. Her er mine vigtigste erfaringer og styrker: [indsæt]. Teksten skal fortælle en sammenhængende historie om, hvorfor skiftet giver mening – ikke bare liste fakta op."

3.3 Opdatér din erfaring på profilen

"Her er min nuværende beskrivelse af min gymnasielærerstilling på LinkedIn: [indsæt]. Omskriv den, så den fremhæver kompetencer og resultater, der er relevante for [ønsket branche/rolle], uden at underspille, at det var en gymnasielærerstilling."

3.4 Synlighedsstrategi

"Foreslå en simpel plan for, hvordan jeg som tidligere gymnasielærer kan blive mere synlig på LinkedIn inden for [ønsket branche] over de næste 4 uger – fx hvilken type opslag, kommentarer og forbindelser jeg bør prioritere, uden at det kræver mere end 20-30 minutter om ugen."

3.5 Skriv et fagligt opslag

"Hjælp mig med at skrive et LinkedIn-opslag, hvor jeg reflekterer over en erfaring fra min tid som gymnasielærer på en måde, der er relevant for folk i [ønsket branche]. Her er situationen, jeg gerne vil tage udgangspunkt i: [indsæt kort beskrivelse]. Opslaget skal være personligt, men professionelt, og ikke lyde som en jobansøgning."

3.6 Netværksbesked til en fremmed kontakt

"Skriv en kort, uformel LinkedIn-besked til en person, der arbejder som [rolle] i [branche], hvor jeg som tidligere gymnasielærer beder om 15 minutters sparring om branchen. Beskeden skal være konkret, ikke bede om et job, og vise at jeg har gjort mit hjemmearbejde."

3.7 Genoptag kontakt til gammelt netværk

"Skriv en besked til en tidligere kollega/studiekammerat, jeg ikke har talt med i flere år, hvor jeg fortæller, at jeg er i gang med et sporskifte fra gerningen som underviser mod [branche], og spørger nysgerrigt ind til deres nuværende arbejde, uden at det virker som om, jeg kun kontakter dem for at få noget."

3.8 Kommentér relevant fagligt indhold

"Her er et LinkedIn-opslag fra nogen i [branche]: [indsæt opslag/lemne]. Foreslå 2-3 måder, jeg kan kommentere på en måde, der viser faglig nysgerrighed og indsigt, uden at det virker påtaget eller for sælgende."

Find de muligheder, der aldrig bliver slået op – gennem research, netværk og direkte kontakt.

4.1 Kortlæg det skjulte jobmarked

"Jeg vil gerne skifte til **[ønsket branche/rolle]** som tidligere gymnasielærer. Foreslå 8-10 typer af virksomheder eller organisationer, hvor min baggrund kunne være relevant, selvom de ikke nødvendigvis har et opslået job lige nu. Foreslå desuden for hver type 2-3 konkrete virksomheder (gerne i mit lokalområde: **[indsæt by/region]**), jeg selv kan undersøge nærmere, og forklar kort hvorfor de kunne være relevante."

4.2 Opsøgende henvendelse til en virksomhed

"Skriv et udkast til en kort, opsøgende henvendelse til **[virksomhed/type af virksomhed]**, hvor jeg som tidligere gymnasielærer introducerer min baggrund inden for **[kompetenceområde]** og åbner en dialog om, hvordan jeg kunne være relevant for dem – uden at det formuleres som en formel jobansøgning."

4.3 Direkte besked til en beslutningstager

"Skriv en kort, professionel besked (til LinkedIn eller e-mail) til en leder eller HR-ansvarlig i **[virksomhed]**, hvor jeg introducerer mig selv som tidligere gymnasielærer med interesse for **[rolle/område]**, og beder om en uformel snak – uden at det lyder som et jobkrav."

4.4 Forbered en informationssamtale

"Jeg skal have en uformel samtale (informational interview) med en person, der arbejder som **[rolle]** i **[branche]**. Lav en liste med 8 gode spørgsmål, jeg kan stille for at forstå branchen bedre og finde ud af, om det er noget for mig – undgå spørgsmål, der lyder som en jobsamtale."

4.5 Opfølgning efter netværksmøde

"Skriv en kort opfølgende besked, jeg kan sende dagen efter et netværksmøde eller en informationssamtale med **[navn/rolle]**. Den skal takke for tiden, referere til noget konkret fra samtalen: **[indsæt stikord]**, og holde døren åben for fremtidig kontakt uden at virke pågående."

4.6 Identificér relevante netværk, events og virksomheder

"Jeg er tidligere gymnasielærer og vil ind i **[branche]**. Foreslå typer af faglige netværk, arrangementer, foreninger eller online-communities, hvor jeg kunne møde relevante mennesker og lære branchen bedre at kende. Foreslå derudover 3-5 konkrete virksomheder eller organisationer inden for **[branche]** (gerne i **[by/region]**), som kunne være værd at følge eller opsøge."

4.7 Lav din pitch

"Skriv 3 forskellige versioner af en kort mundtlig pitch (ca. 30 sekunder), jeg kan bruge til networking-events, hvor jeg forklarer, at jeg er tidligere gymnasielærer på vej mod **[branche/rolle]** – én formel version, én afslappet version, og én til brug ved tilfældige møder (fx til en reception)."

4.8 Strategi for opsøgende kontakt over tid

"Lav en simpel 6-ugers plan for opsøgende jobsøgning, hvor jeg som tidligere gymnasielærer skal kontakte relevante personer og virksomheder inden for **[branche]** – inklusiv et realistisk antal henvendelser pr. uge og en påmindelse om opfølgning, så det er til at holde ved siden af mit nuværende arbejde."

Telefonisk opsøgning

4.9 Forbered et opkald om et konkret stillingsopslag

"Her er et stillingsopslag, jeg overvejer at ringe ind om, inden jeg søger: **[indsæt opslag]**. Jeg er tidligere gymnasielærer med denne baggrund: **[indsæt kort baggrund]**. Hjælp mig med at forberede opkaldet: skriv 3-4 gode spørgsmål, jeg kan stille om stillingen, og et kort udkast til, hvordan jeg introducerer mig selv i starten af samtalen."

4.10 Manuskript til et opsøgende opkald

"Jeg vil foretage et opsøgende opkald til **[virksomhed/type af virksomhed]** for at høre, om der kunne være relevante muligheder for mig som tidligere gymnasielærer med interesse for **[område/rolle]**, selvom der ikke er et konkret stillingsopslag lige nu. Skriv et kort manuskript til opkaldet: en åbning, en kort præsentation af mig selv, og et forslag til, hvordan jeg afslutter samtalen konstruktivt, uanset om der er en mulighed lige nu eller ej."

4.11 Håndter nervøsitet og afvisning i opkaldet

"Jeg skal ringe opsøgende til en virksomhed for første gang, og jeg er nervøs for at blive afvist eller stå med blank i hovedet. Giv mig 3 korte svar, jeg kan bruge, hvis personen i den anden ende lyder travl eller afvisende – og et par konkrete tips til, hvordan jeg holder samtalen kort og professionel, hvis interessen ikke er der lige nu."

Vil du have hjælp undervejs?

Prompts kan gøre meget af arbejdet lettere – men nogle gange er det rart med sparring fra et menneske, der kender vejen fra klasseværelset til et nyt karrierespor. Bryder Karriere hjælper dig videre.

Lena Bryder · Bryder Karriere

lena@bryderkarriere.dk · +45 30 41 14 71

Randlevvej 20, 8300 Odder