



EN GUIDE OM EU-KARRIÄR

EU-KARRIÄR, JA! MEN HUR?

Det finns många vägar som kan leda till traineeship och arbete vid EU:s institutioner, byråer och organ, men det kan vara svårt att få en klar bild över de olika möjligheter som finns. Denna guide syftar till att ge en tydligare bild över de olika karriärmöjligheterna som finns inom EU, nämligen:

- Traineeprogram
- Kontraktsanställning - (CA)
- Temporärt anställd - (TA)
- Permanent anställning (AD, AST, SC)
- Sekonderad nationell expert (SNE)
- Annat: interimaire, JPD, JPP, SRDP, NEPT, EPA

Det behövs fler svenskar inom EU, så tveka inte att söka dig till en EU-karriär!

Tips på sidor att följa

Se till att följa Universitets- och Högskolerådets (UHR) kanaler om EU-karriär, EU CAREERS Sweden och EPSOs kanaler för regelbundna uppdateringar om EU-karriärmöjligheter:

- @EU Careers Sweden (UHR:s kanaler): [Instagram](#), [Facebook](#) och [LinkedIn](#), [Youtube](#)
- @EU Careers by EPSO: [LinkedIn](#), [Instagram](#) och [Facebook](#)
- Prenumerera på UHR:s nyhetsbrev [här](#)
- Besök UHR:s hemsida [här](#)
- Besök EPSO:s hemsida [här](#)
- Besök EUAN:s hemsida [här](#) (EU Agencies Network) för mer information om EU-byråerna.
- Klicka [här](#) för att läsa mer om EU:s struktur.

EPSO (European Personnel Selection Office) anordnar allmänna uttagningsprov och urvalsförfaranden för rekrytering av personal till EU:s institutioner.



VILKA ERBJUDER TRAINEEPROGRAM?

EU:s institutioner, organ, byråer och delegationer erbjuder ca 60 olika traineeprogram. Traineeprogram finns inte bara i Bryssel – utan är utspridda över hela EU och på EU-delegationer runt om i världen. Alla traineeprogram är avlönade. De flesta program förutsätter att du har avslutat dina studier, där en kandidatexamen eller motsvarande på 180 HP krävs vid sista ansökningsdatumet till ett traineeprogram. Klicka [här](#) för att läsa mer om olika traineeprogram.

VARFÖR SKA JAG SÖKA?

Att vara EU-trainee är ett väldigt bra sätt att få in en fot i EU och kan vara en början på en EU-karriär. Som trainee blir du snabbt en del av teamet och får mycket ansvar. Det är en chans att lära dig hur EU-maskineriet fungerar inifrån, förstå hur EU-politiken formas och ett tillfälle att utvidga ditt nätverk. Efter ett traineeship kan du söka olika program som riktas till unga talanger, såsom kommissionens Junior Professionals Programme (JPP), Europaparlamentets Schuman Recruitment and Development Program (SRDP), eller rådets Junior Policy Team Program. Ett traineeship kan även leda till tillfälliga tjänster då man som trainee får in en fot inom institutionerna.

Sveriges EU-representation bjuder in EU-trainees varje termin till att delta i ett mentorskapsprogram där trainees matchas med tjänstepersoner inom EU för att få en bättre insyn i arbetet på generaldirektorat eller institutioner, lära sig mer om arbetskultur, karriärvägar med mera.

NÄR KAN JAG SÖKA?

Tre centrala institutioner i Bryssel anordnar traineeprogram 2 ggr/år

Kommissionens Blue Book traineeprogram (ca 2000 platser).

- Vårtermin 1 mars – 31 juli. Ansökningsperiod runt juli/augusti.
- Hösttermin 1 oktober – 28 februari. Ansökningsperiod runt februari/mars.

Europaparlamentets Schuman traineeprogram (ca 1000 platser).

- Vårtermin 1 mars – 31 juli. Ansökningsperiod runt oktober.
- Hösttermin 1 oktober – 28 februari. Ansökningsperiod runt maj.

Traineeprogram på Europeiska rådets generalsekretariat (ca 120 platser).

- Vårtermin 1 februari – 30 juni. Ansökningsperiod runt augusti/september.
- Hösttermin 1 september – 31 januari. Ansökningsperiod runt februari/mars.

Information om alla traineeprogram och om ansökningskrav, arvode, ansökningsperioder och annat hittar du på Epso:s hemsida, [klicka här](#).

Information om traineeprogram på EU:s delegationer hittar du [här](#).

KEVIN BERÄTTAR OM SIN KARRIÄRVÄG INOM EU- KOMMISSIONEN

KEVIN SVENSSON



VEM ÄR DU OCH VAD ÄR DIN BAKGRUND?

Jag är nationalekonom som ursprungligen kommer från Karlskrona i Blekinge. Jag bor i Bryssel och arbetar på EU-kommissionen sedan några år tillbaka. Innan dess har jag bland annat arbetat med ekonomi, på forskningsinstitut, på svenska myndigheter och med politik. Jag har utöver mina studier i Sverige, framför allt i Lund, även studerat och arbetat i bland annat Italien och Kanada.

MIN RESA INOM EU: FRÅN PRAKTIKANT TILL KONTRAKTSANSTÄLLD

Min resa inom EU-kommissionen började med att jag gjorde en Blue Book-praktik på EU-kommissionens Generaldirektorat för Handel och Ekonomisk säkerhet på chefsekonomsenheten. Där arbetade jag tillsammans med ekonomer, statistiker och handläggare med utformningen och utvärderingen av EU:s handelspolitik genom data- och ekonomisk analys, ekonometrisk modellering, rapportskrivning och statistik. Arbetet innebar att skapa evidensbaserade analyser kring ett brett spektrum av handelsrelaterade frågor, såsom utvärdering av frihandelsavtal, analys av försörjningskedjor, hållbarhet och ekonomisk säkerhet.

Efter min praktik fick jag möjligheten att stanna kvar i ytterligare 6 månader under ett tillfälligt så kallat Interimaire-kontrakt, som sedan följdes upp av ett 3-årigt kontrakt som kontraktsanställd tjänstegrupp III (CA FGIII). Därefter blev jag befordrad till kontraktsanställd tjänstegrupp IV (CA FGIV). Jag arbetar som utredare inom handelspolitiska skyddsinstrument med att skydda den europeiska industrin mot orättvis prisdumpning och subventioner från företag och myndigheter i andra länder som skadar, eller riskerar att skada europeiska producenter och konsumenter, samt långsiktigt ha effekter på EU:s ekonomiska säkerhet och försörjningskedjor. Min nuvarande roll innefattar väldigt mycket arbetsresor (nästan en tredjedel av arbetstiden) både inom EU och till resten av världen, framför allt Sydostasien. Mina kollegor består av personer från 15 olika medlemsländer med bakgrunder som framförallt ekonomer och jurister, men även inom en hel del andra bakgrunder så som projektledning och kommunikation.



KEVINS BÄSTA TIPS!

VARFÖR SKA MAN JOBBA INOM EU?

Att arbeta för EU:s institutioner ger en möjlighet och position i vilken man redan från dag ett kan vara med och forma EU:s och världens framtid. Att ha en roll där man inte bara har ett otroligt roligt, stimulerande och utvecklande jobb, men också ett jobb som är viktigt och där ens dagliga arbete faktiskt förbättrar människors liv, känns otroligt speciellt och intressant. Att också få ha ett jobb där man arbetar med och för människor från hela EU och andra delar av världen gör att du, förutom att lära dig väldigt mycket på jobbet och om dig själv, också lär dig väldigt mycket om andra länder, kulturer, språk och perspektiv vilket både är intressant och givande.

I många roller inom EU-maskineriet, inklusive min, så reser man ofta mycket med jobbet och får därigenom upptäcka stora delar av världen samtidigt som man gör ett viktigt arbete. Ibland reser man till mer kända resmål, men ofta också till mer "udda" och unika platser och regioner där man kanske inte skulle ha rest på semester. Som anställd inom EU:s institutioner har man också nästan obegränsade möjligheter till träningar och utbildningar om man t.ex. vill lära sig ett nytt språk, ett nytt ämnesområde, eller en ny applikation eller program vilket gör att man alltid har möjligheten att fortsätta att lära och utvecklas.

HAR DU TIPS TILL NÅGON SOM VILL JOBBA/GÖRA ETT TRAINEESHIP INOM EU?

En sak som jag tycker är viktigt att poängtera är att det verkligen finns möjligheter för alla olika typer av människor, bakgrunder, kunskaper och utbildningar. Många tror, felaktigt, att man måste vara t.ex. statsvetare eller jurist för att göra praktik eller arbeta inom EU:s institutioner, men det finns otroligt mycket möjligheter och ett behov av allt från IT-specialister, historiker, ingenjörer, översättare, och mycket mer. Oavsett om du vill göra ett traineeship i 5 månader och sedan åka hem igen, eller om du har ett mål om att stanna inom institutionerna på lång sikt så är erfarenheten otroligt nyttig, givande och rolig. Du kommer lära dig väldigt mycket på jobbet, om EU:s processer, om dig själv och om andra kulturer och språk. Det är en värdefull erfarenhet på ditt CV och ger dig ett brett nätverk. Jag rekommenderar alla att ta chansen och söka.

Vid alla traineeprogram eller anställningar inom EU:s institutioner så är det otroligt viktigt att göra ett bra jobb, att nätverka, knyta kontakter och att föra fram sig själv, något som för svenskar ofta känns lite udda och obekvämt. Det är väldigt hög konkurrens om positioner inom EU:s institutioner vilket gör det viktigt att synas och att man är öppen med vad man har för mål och att man vill stanna kvar eller letar efter olika karriärmöjligheter, och så vidare.

ANSTÄLLNING - EN ÖVERSIKT

ANSTÄLLNING INOM EU

Det finns olika typer av anställningsformer för anställning inom EU. I broschyren kan du läsa mer om tillfälligt anställda (Contract Agent och Temporary Agent), om permanent anställda, sekunderade nationella experter och några andra möjligheter.

Skilnad mellan "Contract Agent" (CA) och "Temporary Agent" (TA)

- CA – tillför extra kapacitet på specifika områden där det råder brist på fast anställd personal och anställs för en viss tid. Förutsätter i de flesta fall ett genomfört CAST-prov.
- TA – utför specialiserade arbetsuppgifter och anställs för en viss tid. Har i princip samma villkor och lönegrad som en permanent anställd.

Det finns olika villkor beroende på anställningsform. Mer information om anställningsvillkor och förmåner finns [här](#), det senaste beslutet om löner hittas [här](#). En extern lönekalkylator som ger en ungefärlig uppskattning av den potentiella lönen finns [här](#).

Utlysningar för tillfälliga tjänster hittas främst på EPSO:s hemsida, [här](#) (en ny portal tas fram under 2026). De som klarat ett uttagningsprov för fast tjänst får möjlighet att söka tjänster som publiceras internt.

De som har tillfälliga kontrakt ges ofta möjlighet att på sin institution skriva interna uttagningsprov som kan leda till en fast tjänst.

På UHR:s [webbsida](#) finns information om stöd inför urvalsförfarandets olika moment som erbjuds kostnadsfritt.

Tips på övningsmaterial:

- Online: [EPSO sample test](#), [UHR övningsmaterial](#), [EU training](#).
- Böcker: [Orseus övningsböcker](#), eller '[The Ultimate EU Test Book](#)'

KONTRAKTSANSTÄLLNING (CA - CONTRACT AGENT)

VAD ÄR CAST?

Genom CAST (Contract Agents Selection Tool) kan man söka kontraktsanställning inom EU, så kallade "contract agent" tjänster. Det erbjuds när det råder brist på permanent anställd personal inom EU med rätt kompetens. Anställningstiden för kontraktsanställda är **begränsad till högst sex år per institution**. Det finns fyra tjänstegrupper:

Tjänstegrupp I arbetar främst med manuella uppgifter;

Tjänstegrupp II arbetar med sekreteraruppgifter;

Tjänstegrupp III arbetar främst som assistent/policy assistent;

Tjänstegrupp IV arbetar som handläggare.

För att bli kontraktsanställd måste du i de flesta fall ha klarat ett så-kallat CAST-prov. För att göra provet behöver du få en inbjudan från institutionen ifråga vilket du kan få genom att söka en tjänst som kontraktsanställd.

Mer om CAST-provet

Provet

CAST-provet är en serie datorbaserade prov med flervalsfrågor i slutledningsförmåga som gäller läsförståelse, tolkning av sifferuppgifter och logiskt tänkande. **Provresultaten är giltiga i 10 år**. De som inte klarat provet får vänta i ungefär 4 månader tills man får göra om provet. De som klarat provet och anställningsintervjun kan bli kontraktsanställd.

Ansökningsprocess och inbjudan till provet

För att bli inbjuden till CAST-provet måste du först skapa ett konto på EPSO:s hemsida. Därefter går du in på den profil (ämnesområde) inom vilken du vill söka din tjänst och klickar på "ansök", t.ex. inom området political affairs (hitta listan med profiler här). Efter att du har klickat på "ansök" behöver du fylla i information om dina utbildningar, arbetslivserfarenhet, språkkunskaper och motivering kopplat till profilen du valt. I motivationsdelen rekommenderas det att ta med nyckelord kopplat till den profil du söker. Du kan söka till en eller flera profiler och/eller tjänstegrupper om du har motsvarande utbildning och yrkeserfarenhet.

När du har validerat din profil finns du i **CAST-databasen** och får ett individuellt CAST-nummer. Därefter finns det olika sätt att bli inbjuden till provet:

- Du kan med ditt CAST-nummer direkt söka utlysta kontraktstjänster som kan hittas på institutionernas, organs och byråers hemsidor under "lediga tjänster". Du kan därefter bjudas in till att sitta CAST-provet.
- EU:s institutioner, organ och byråer kan hitta dig genom att söka i databasen om du har specifika kvalifikationer som matchar den profil som efterfrågas - t.ex. inom IT. Det är viktigt att du regelbundet uppdaterar din profil eftersom den rekryterande institutionen främst kollar på profiler som har uppdaterats under de senaste sex månaderna.
- Du kan ta direkt kontakt med enhetschefer på institutionerna och fråga om de har möjlighet att bjuda in till provet.
- För CA anställning på rådet krävs endast registrering i databasen, inte ett avklarat CAST-prov. För spontan ansökning-skicka ditt CV via denna länk.

På UHR:s webbsida finns information om kommande träningstillfällen inför CAST-provet.

TEMPORÄRT ANSTÄLLD (TA- TEMPORARY AGENT)

VAD INNEBÄR TEMPORARY AGENT (TA)?

Som temporärt anställd kan du få en tidsbegränsad anställning på en EU-institution, organ eller byrå. Man rekryteras som TA AD eller TA AST för att ersätta fast anställd personal eller förstärka vissa avdelningar under en viss tid. Kontraktet är tidsbegränsat (ofta 3-6 år). Se även EU-kommissionens beslut om tillfälligt anställda [här](#).

Temporärt anställd personal har i princip samma villkor som en permanent anställd. Dessa tjänster finns oftast inom specialiserade områden.

Ansökningsprocess

Du kan främst hitta utlysningar på Epso:s hemsida, [här](#). Följ även LinkedIn-kanaler för olika direktorat och institutioner, till exempel: Jobs in the Council of the EU. För spontan ansökning till rådet-skicka ditt CV via denna [länk](#).

Institutionerna, organen eller byråerna annonserar ibland även själva ut lediga tjänster och anordnar egna urvalsförfaranden. Då följer man instruktionerna i utlysningen. För vissa tjänster behöver man även skriva ett prov.

EEAS (Europeiska utrikestjänsten) har särskilda krav i sin rekryteringsprocess, vilket innebär att sökande till TA-tjänster behöver ett intyg från Sveriges Utrikesdepartement som bekräftar en tillsvidareanställning vid en statlig myndighet. Vissa TA-tjänster vid EEAS, till exempel när placeringen är vid en EU-delegation, riktar sig ofta specifikt till sökande från medlemsstaternas diplomatkår. För frågor om intyg, kontakta ud.p.eeas@gov.se.

PERMANENT ANSTÄLLNING

OLIKA MÖJLIGHETER

Handläggare anställda i lönegraderna AD 5 till AD 16.

- AD5 är vanligtvis ingångsgraden för nyanställda med universitets- eller högskoleexamen. I de flesta fall krävs ingen yrkeserfarenhet.
- För specialisttjänster görs också urval och rekrytering i lönegraderna AD 6 och AD 7. Då krävs flera års yrkeserfarenhet.
- AD 9 till AD 16 är lönegraderna för högre nivå. AD 9 krävs för att bli chef.

Lönegrader för assistenter (AST)

- Assistenten är anställd i lönegraderna AST 1 till AST 11.
- Nya assistenter börjar vanligtvis i lönegrad AST 1 eller AST 3.
- För AST 1 måste du ha gymnasieutbildning och relevant yrkeserfarenhet, eller ha en relevant yrkesutbildning.
- För AST 3 måste du i allmänhet ha en avslutad gymnasieutbildning, relevant yrkesutbildning och/eller flera års relevant yrkeserfarenhet.

Klicka [här](#) för mer information om förmåner (det senaste beslutet om löner hittas [här](#)). Beräkna din potentiella lön [här](#).

HUR FÅR JAG EN PERMANENT ANSTÄLLNING?

För att få permanent anställning i EU måste du göra ett uttagningsprov, kallat "concour" eller "competition". EPSO ansvarar främst för detta urvalsförfarande. Institutionerna kan även organisera egna uttagningsprov, t.ex: [Europaparlamentet](#).

EPSO:s uttagningsprov har [följande struktur](#):

1. Prov i läsförståelse, tolkning av sifferuppgifter och logiskt tänkande.
2. Prov med flervalsfrågor på området i uttagningsprov för specialister ELLER ett prov i EU-kunskap i uttagningsprovet för generalister.
3. Skriftligt prov för att bedöma de sökandes förmåga att uttrycka sig i skrift.
4. För vissa specifika profiler kan det också hållas ett digitalt prov av färdigheter i linje med EU-institutionernas behov.

Efter uttagningsproven fastställs en reservlista med godkända sökande, som därefter blir tillgänglig för institutionerna som kan börja rekrytera. Det är således endast de som står på en reservlista som kan söka de tjänster som gäller för fast anställd personal. Reservlistorna är också ofta under en viss period knutna till den institution som uttagningsprovet gäller.

Reservlista - bra att tänka på

- Sök brett: Ta chansen till fast anställning även om det inte är den föredragna institutionen/DGt – det är lättare att byta DG/institution senare.
- Nätverka med personer som jobbar inom institutionerna: Du kan få hjälp med kontaktuppgifter från EU-rekryterigsteamet på svenska EU-representationen.
- Skicka in spontanansökningar till relevanta enhetschefer. Se institutionens eller generaldirektoratets ornamgram på nätet och på [EU Whoiswho](#).
- Be UHR om coachningsstöd.

*Alla uttagningsprov görs under en dag i form av övervakade prov på distans.

För EU-kunskapsprovet kommer EPSO att lägga ut de källor som används för att ta fram frågorna, så att sökande som inte har läst EU-kunskap på högskolan eller arbetat inom området kan ta del av materialet.

UHR erbjuder träningsstöd inför alla provdelar av urvalsprocessen. Det finns en hel del olika resurser som du kan använda under dina förberedelser. Vi rekommenderar [exempelprov hos Epso](#), [EU Training](#), [Orseu Competitions](#) och the [Ultimate EU Test Book](#).

Hitta information om kommande prov [här](#).

A background image showing two people shaking hands, symbolizing agreement or partnership. The person on the left is wearing a dark suit, and the person on the right is wearing a striped shirt.

SEKONDERAD NATIONELL EXPERT (SNE)

SEKONDERAD NATIONELL EXPERT

Förutom direkta anställningsformer hos EU kan man också jobba i EU som sekonderad nationell expert. Då anlitas man som sakkunnig på särskilda områden under en begränsad period, oftast till en början 2 år, som sedan kan förlängas.

Tjänsterna i denna kategori kan sökas av tjänstepersoner från alla svenska myndigheter. Arbetstagaren är formellt anställd hos den svenska utsändande arbetsgivaren som betalar expertens lön och i vissa fall tillägg.

Det finns två kontrakttyper:

- "Co-financed" / "cost-share": utsändande arbetsgivare i Sverige står för arbetstagarens lön men EU-institutionen ersätter merkostnader som uppstår på grund av utlandsstationeringen genom tillägg (allowances).
- Cost-free": EU- institutionen står inte för tillägg. Den utsändande arbetsgivaren finansierar hela kostnaden för utlandsstationeringen (lön + merkostnader).

Rekryteringsprocess

- Utlysningarna skickas till Sveriges EU-representation som vidarebefordrar dessa till Regeringskansliet och myndigheter. Den svenska arbetsgivaren måste internt nominera kandidater och bistå med finansieringslöfte.
- Ansökningarna ska sedan skickas in till EU via Sveriges EU-representation.
- I fall där det inte finns någon utlysning men man på Regeringskansliet eller myndighet ser ett område som strategiskt viktigt kan i vissa fall en tjänst skapas i dialog med EU. I dessa fall rekommenderas att ta kontakt med svenska EU-representationen.
- Ansökan ska bestå av ett CV i Europassformat, ett motivationsbrev på engelska och ett finansieringslöfte från den svenska arbetsgivare.
- Ansökan skickas till representation.Bryssel-EU-rekrytering@regeringskansliet.se.
- Svenska EU-representationen ber att ansökan skickas in senast två arbetsdagar före tjänstens angivna deadline, eftersom ansökan därefter behöver vidarebefordras till rätt EU-institution.
- Bifoga gärna annonsen för tjänsten tillsammans med ansökan.

NB: På kommissionen måste man jobbat minst 12 månader hos finansierande arbetsgivare för att bli utsänd. Läs kommissionens SNE-regler [här](#).

ANDRA MÖJLIGHETER

INTERIMAIRE

Extraanställd personal anställs via bemanningsföretag för att tillfälligt jobba för EU-institutionerna. De extraanställda ingår inte i EU:s personalstyrka. Hitta företagen [här](#).

Tips på företag att ansöka till:

1. Registrera dig på företaget Randstad: [My Randstad](#)
2. Skicka CV till inhouse_1230@randstad.eu

JPD (JUNIOR PROFESSIONALS IN DELEGATION)

Europeiska utrikestjänsten och Europeiska kommissionen har inrättat ett praktikprogram på hög nivå som ger högkvalificerade yngre yrkesverksamma från EU:s medlemsstater möjlighet att arbeta vid EU:s delegationer i hela världen. Det är Sida som rekryterar svenska kandidater till JPD. Läs mer [här](#).

POST-TRAINEESHIP PROGRAM

Vissa institutioner har program man kan söka efter sin praktik för att fortsätta arbeta som tillfälligt anställd på den institution man är på. Om man blir antagen har man ofta möjlighet att söka institutionernas interna uttagningsprov. Följande program finns:

- Kommissionens [JPP](#) (Junior Professionals Programme)
- Parlamentets [SRDP](#) (Schuman Recruitment and Development Programme)
- Rådets [Junior Policy Team](#)

JPP - ANSÖKNINGSPROCESS

- Efter att en ansökan har skickats in får kandidaten göra ett CBT (multiple-choice-test) → läsförståelse, numerisk, abstrakt.
- Om man klarar provet blir man inbjuden till en intervju på DG nivå (innebär att intervjun genomförs med personer på samma DG där kandidaten befinner sig).
- Nästa steg är ett panelsamtal → håll en 10 min lång presentation relaterat till EU-policy framför en panel av två handläggare och en från HR.

Allmänna tips: fokusera på dina styrkor, läs på om olika DGn, förbered dig tillsammans med vänner och kollegor inom institutionerna.

NEPT (NATIONAL EXPERTS IN PROFESSIONAL TRAINING)

NEPT är en möjlighet för tjänstepersoner i offentlig förvaltning, att under tre till fem månader arbeta med sin myndighets frågor i ett EU-perspektiv, genom att tjänstgöra i EU-kommissionen. Läs mer [här](#).

ERASMUS PUBLIC ADMINISTRATION PROGRAMME

I det här skräddarsydda programmet får du som jobbar statligt en unik inblick i beslutsprocessen i EU. Under programmet besöker du EU:s institutioner i Bryssel. Studiebesök varvas med seminarier och interaktiva förhandlingsövningar. Dessutom ingår jobbskuggning, där du får följa en tjänsteperson vid någon av EU:s institutioner. Läs mer [här](#).

INTERVJU INOM EU? - SÅ HÄR KAN DET GÅ TILL

INTERVJU INOM EU

En intervju inom EU skiljer sig från den typiska intervjun i Sverige som ofta är mer av ett samtal. Inom EU genomförs intervjun av en panel med ca 3-5 personer som ställer förutbestämda frågor som du förväntas svara på under en begränsad tid. Intervjun är ofta runt 20-30 min lång, den kan ske på plats eller digitalt och man brukar få runt 5 olika frågor. Intervjun består ofta av en motivationsdel, kunskapsdel och en kompetensdel som ofta består av en situationsbaserad fråga. Ibland ombeds man även göra ett skriftligt prov efter intervjun.

HUR FÖRBEREDER JAG MIG?

Du behöver komma väl förberedd till intervjun, så läs noga på vad som efterfrågas i utlysningen och om det område som du har sökt till. Att vara påläst inom det aktuella området är mycket viktigt, och det förväntas ofta att du kan svara på kunskapsfrågor som är relevanta för den specifika tjänsten. Läs även på om EU:s kärnvärden, beslutsprocesser, policyprioriteringar och uppgifter. Tänk på att lyfta fram vad du kan erbjuda och varför du är rätt person för tjänsten.

- Bakgrund och motivation

I den första delen av intervjun brukar man ofta få en fråga gällande sin bakgrund och motivation.

- Kunskapsbaserade frågor

I andra delen av intervjun testas du på dina kunskaper inom området som du har sökt till. Här är det viktigt att visa att du är påläst och har koll på enheten du sökt till och de frågor de arbetar med.

- Situationsbaserade frågor

Avslutningsvis kan du ofta få en fråga om hur du arbetar i ett team, hur du hanterar stress, eller hur du agerar i en svår situation. Tänk igenom exempel från din arbetserfarenhet. Här kan det vara bra att svara utifrån STAR-modellen (situation, task, action, result). Beskriv kort om situationen, vad din roll var, hur du hanterade situationen och avsluta med resultatet av dina handlingar. Använd dig gärna av Epso:s kompetensram och ankare.

TIPS

- Se denna video på UHRs Instagram som visar hur en intervju inom EU kan se ut och hur du på bästa sätt kan förbereda dig!
- Delta på UHR:s webinarium om förberedelser inför en intervju inom EU.

INTERVJU INOM EU - SNABBA TIPS

- *Utlysningen*

Utlysningen innehåller mycket ledtrådar om vad som kan komma på intervjun, det är viktigt att noga läsa igenom denna för att även visa att du har förstått vad rollens huvudsakliga arbetsuppgifter och ansvarsområden är. Anpassa dina exempel från tidigare erfarenhet till detta.

- *Läs på om den specifika enheten/DG:t*

Läs på om enheten/DG:ts arbete och prioriteringar. Försök hitta senaste aktiviteter, projekt eller viktiga politikområden. Detta visar att du är väl påläst samt att du är intresserad av deras arbete.

- *Förbered din personliga motivering*

Tänk ut innan vad din motivering för just denna roll och denna enhet/DG är. Undervärdera inte vikten av denna fråga då det är ett tillfälle att lyfta fram varför de ska anställa just dig.

- *Nätverka*

Försök att fråga folk i din omgivning om tips och råd inför intervjun. Särskilt de som arbetar på samma ställe eller inom samma sakområde du söker till, eller någon med erfarenhet från EU-institutionerna. Deras insikter kan ge dig ett bättre grepp om vad som förväntas och hur du bäst förbereder dig.

Under intervjun:

- Tänk på att vara lugn och artig, visa att du kan hantera situationen på ett professionellt sätt.
- Det är viktigt att inte ljuga och hitta på.
- Fråga om förtydliganden om du inte förstår.
- Om du använder STAR-metoden för att svara på situationsbaserade frågor, tänk på att hålla beskrivningen av situationen och problemet kortfattat och övergripande. Det är lätt att fastna i detaljer som inte är relevanta för arbetsgivaren. Lägg istället störst fokus på att beskriva vad du faktiskt gjorde för att lösa situationen och vilket resultat det ledde till. Det ger en bild av hur du agerar i praktiken och vad du kan bidra med.
- Om du får frågor om svagheter eller svårigheter, fokusera på vad du har lärt dig av situationen. Lyft fram hur du har utvecklats, vilka insikter du fått och hur du har hanterat liknande utmaningar efteråt → var lösningsorienterad.



HAR DU FRÅGOR?

Kontakta UHR: concours@uhr.se

Kontakta svenska EU-representationen i Bryssel:
representationen.bryssel-eu-rekrytering@regeringskansliet.se

Övrigt

Följ UHR på sociala medier för att få uppdateringar om de senaste karriärmöjligheterna inom EU, tips om hur man gör en lyckad ansökan från experter och de senaste trainee- och jobbannonserna.

- På UHR:s LinkedIn-sida [EU Careers Sweden](#) informeras dagligen om lediga tjänster och traineeprogram vid EU:s institutioner, byråer och organ.
- Följ EU Careers Sweden på [Instagram](#), [Facebook](#) och [LinkedIn](#).
- Prenumerera på [UHR:s nyhetsbrev](#) - få traineeutlysningar och information om kommande stödaktiviteter direkt i din inkorg.