



”Vægledning så i Norden”

Sveriges vägledarförening
27. oktober 2017

Temaer og faser i karrierevejledningsforløb

www.Lisbethhoejdal.dk



Temaer i karrierevejledning

At vælge metode med afsæt i refleksion over:

- Selve vejlednings**processen** (hvordan taler vi med vejledte/samtalemetoder og organisering)
- **indholdet** i vejledningen (hvad taler vi med vejledte om og hvorfor) – og
- de **metoder** vi anvender (sammenhængen mellem disse og vejledtes behov)

www.Lisbethhoejdal.dk



Temaer og faser i karrierevejledning

- Temaer i karrierevejledning
 - › Faktorer der indgår i forskellige karriere teorier
 - › Emner der kan indgå i vejledningssamtaler
- Faser i karriere teorier
 - › De vejledningssekvenser der foreslås
- 4 gennemgående faser
 - › Afdækning af vejledningsbehov
 - › Udvidelse af perspektivet
 - › Konkretisering af karrierevalget
 - › Implementering af karrierevalget

www.Lisbethhoejdal.dk

Lisbeth Højdal **Afdækning af vejledningsbehov**
– *career assesment*

- **Overgange og valgsituationer**
 - › Selvvalgte, eller påtvungne forandringer i livsstruktur (Super) – der opstår et 'gab' (CIP)
- **Leverum og kontekst**
 - › Fysiske, mentale og sociale verden (Lewin/Kelly)
 - › Mulighedsstrukturer (SCCT)/Social niche (Gottfredson)
- **Livsforløb, roller og udviklingsopgaver**
 - › Rolleinteraktioner og prioriteringer (Super/Savickas)
- **Parathed til at vælge – Karrieremodenhed**
 - › Ressourcer til at håndtere karriererelaterede opgaver
 - › At udkrystallisere valgets kompleksitet (Super)

www.Lisbethhoejdal.dk

Lisbeth Højdal **Leverum i forskellige livsfaser**

The Career Rainbow 



- **Forskellige livsroller**
 - › Værdier og prioriteringer
- **Socioøkonomiske forhold**
 - › Muligheder og barrierer
- **Personlige udviklingsopgaver**
 - › Egne og andres krav og forventninger

www.Lisbethhoejdal.dk

Lisbeth Højdal **Udvidelse af valgperspektivet**
– *Career exploration*

- **Fravalg, afgrænsninger og kompromisser**
 - › Socialiseringsprocesser, miljøpåvirkninger og tidligere læringserfaringer (Gottfredson, Krumboltz/SCCT)
- **Selvopfattelser og kendskab til muligheder**
 - › Generaliserede og stereotype opfattelser - fravalg
 - › Personlige konstruktioner, interesser og værdier (Super, Krumboltz, SCCT)
- **Barrierer for implementering af karrierevalg**
 - › Rolle interaktioner – kulturelle og økonomiske rammer. Mulighedsstrukturer og social accept (SCCT/Gottfredson)

www.Lisbethhoejdal.dk



At udvide perspektivet

- Personens **opfattelser af erhverv**
 - › Stereotype opfattelser af job og deres indehavere. (Gottfredson)
 - › Tilgængeligheden i forskellige erhverv – forestillede og reelle barrierer
- Personens **opfattelser af sig selv**
 - › Selvopfattelser og tro på egen formåen (Super/SCCT)
 - › Generaliserede selvantagelser (Gottfredson/Krumboltz)
- Personens **opfattelser af karriereveje**
 - › Mulige veje til et ønsket mål
 - › Uddannelser – muligheder og begrænsninger

www.Lisbethhoejdal.dk



Unge valg og fravalg (Gottfredson)

Et valg er resultatet af de unges udviklingsprocesser, hvorunder de...

- **afgrænser** (indsnævrer) feltet af mulige alternativer og
 - › Social accept er det vigtigste – ikke interesser!
- **indgår kompromis'er** og finder frem til "good enoughs"
 - › Hvor kan jeg få 'mest muligt' (selvopfattelse/interesse) – uden at miste accepten fra andre?

...gennem deres måde at forstå sig selv og omverdenen

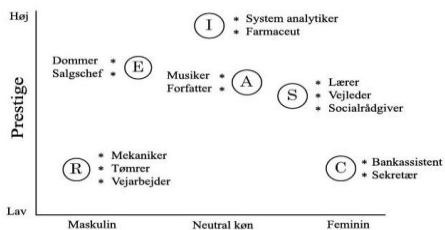
- › Stereotype forestillinger om erhverv og deres 'beboere' – kognitivt kort
- Hvis de ikke finder et acceptabelt kompromis – forbliver de uafklarede!

www.Lisbethhoejdal.dk



Kognitivt kort over erhverv

- Unge stereotype opfattelser af erhverv
 - › Rangeres i forhold til **køn og status**



www.Lisbethhoejdal.dk

Lisbeth Højdal **Self-efficacy** - det man tror om sin evne til at mestre 'noget' (SCCT)

- Er de **antagelser** personen har, om sig selv og sin formåen (*hvad jeg tror jeg kan*)
- Vurdering af sin evne til at mestre en bestemt opgave indenfor et domæne (kontekst)

Self-efficacy påvirker:

- de valg vi træffer
- hvor meget vi anstrænger os for at nå vores mål og
- hvor længe vi holder ud når vi møder modstand

Guider valg/handlinger – vedholdenhed og præstationer

www.Lisbethhoejdal.dk

Lisbeth Højdal **Konkretisering af karrierevalget**
– *Specification of a career choice*

- **Resultatforventninger og motivation**
 - › *Hvad personen ønsker at opnå, gennem sit valg (SCCT)*
- **Fremtidsforestillinger og personlige mål**
 - › *Det liv vejledte ønsker at leve (Super)*
 - › *Vejledtes intentioner og ønsker (SCCT)*
- **At prioritere og balancere livsroller**
 - › *Gennemgående livstemaer og personlige projekter (Super)*
- **At specificere karrierevalget**
 - › *Forbinde fortid, nutid og fremtid (Super)*

www.Lisbethhoejdal.dk

Lisbeth Højdal **Forventninger guider valget (SCCT)**

- Resultatforventninger er de **forventninger** en person har **til det udbytte** der knytter sig til en specifik handling/valg (*Hvad sker der hvis ...?*)
- Kan være eksterne/ydre (fx positiv feedback fra omgivelserne) eller indre styrede forventninger (personlig tilfredsstillelse)
- Er knyttet til **subjektive antagelser om de alternativer** der overvejes (forestillinger)

Forventninger er dét, som personen ønsker at opnå, gennem de valg han/hun træffer. Er unikke for den enkelte person.

www.Lisbethhoejdal.dk

Mål er handlingsanvisende (SCCT)

- **Personlige mål** udtrykker det personen ønsker at opnå gennem de valg hun træffer. **Giver handlinger et formål** (*Hvad ønsker jeg at opnå?*)
- Er en beslutning om at påbegynde en bestemt aktivitet – eller en stræben efter at opnå et fremtidigt resultat
- Mål formes i processer som involverer personens: self-efficacy (hvad tror jeg at jeg kan?) og dennes resultatforventninger (hvad der sker hvis?)

Personlige mål er det, der motiverer én til at handle (eller holde op med det). Opgiver man troen på, at man kan sit mål gennem det man gør, så opgiver man også at prøve (falder fra)

www.Lisbethhoejdal.dk

Et godt valg?

- **Det gode match**
 - › At vælge noget der passer til éns personlighed – selvet som **objekt** (Holland/CIP/Law)
 - › *Det objektive match kan hverken bruges til at forudse fremtidige præstationer, eller vedholdenhed (Bandura)*
- **At vælge et meningsfuldt alternativ**
 - › At kunne balancere mellem forskellige livsroller - selvet som **subjekt** (Super)
 - › *Personen konstruerer repræsentationer af virkeligheden (Kelly)*
- **At konstruere sit liv og sin karriere**
 - › At skabe og lede sit livsforløb og sin karriere- selvet som **projekt** (Savickas)

www.Lisbethhoejdal.dk
