



**METODHANDLEDNING
FÖR
KARRIÄRPAKETET**

Karriär
FÖRLAGET



Metodhandledning för Karriärpaketet

Det här materialet ger en kort handledning i hur du som vägledare/coach kan arbeta med Karriärpaketet tillsammans med klienten. Till din hjälp har du också en klientfolder, en elevfolder, en handledarfolder och en visuell, systematisk filmad presentation. Materialet finns på www.karriarforlaget.se.

Den vägledande/coachande situationen bygger på klientens behov av att få klarhet i hur han/hon ska tänka och planera för att komma vidare till arbete eller studier.

Inom **vägledning** brukar man använda sig av en enkel modell.

1. Klargöra situationen (klient/elev perspektiv)
2. Vidga perspektiv och sätta upp mål
3. Handlingsplan och stöd för genomförande. Utvärdering. (Hägg & Kuoppa¹)

Coachens fokus ligger alltid på vad klienten vill uppnå. **Coaching**modellen kan beskrivas som fem steg:

1. Öppna för möjligheter
2. Främja egna svar, egen motivation och eget ansvar
3. Undanröja hinder
4. Ge stöd och fokus
5. Skapa resultat (Gjerde²)

Två grundvillkor för coaching är STRUKTUR och RELATION. Struktur – att skapa förändring steg för steg och relation – bekräfta förmåga och utmana till att ta nästa steg.

I metodhandledningen används genomgående ordet klient - han/hon kan självfallet också vara elev/studerande.

Sammanfattning: De vägledande/coachande aktiviteterna ska bidra till att ge en säkrare bild av var klienten står, vad han/hon vill och hur han/hon ska gå tillväga för att komma vidare.

****I handledningen hittar du tips om vad klienten kan jobba självständigt med.***

1 Professionell Vägledning - med samtal som redskap (1997)

2 Coaching - vad - varför - hur (2004)



Karriärpaketet – ett verktyg i vägledning och coaching

Karriärpaketet sätter alltid klienten i fokus. Programmet vidgar perspektiv och gör det lättare för klienten att formulera mål och lägga fokus på vägar vidare. Så här kan du som "handledare" arbeta tillsammans med klienten och Karriärpaketet steg för steg.

Steg 1. INSPIRERA, INVOLVERA, INTRODUCERA

Inbjud till självaktivitet och ansvar. Ge en professionell genomgång av programmet.

Steg 2. BEARBETA OCH BELYSA

Använd programmets alla möjligheter till att vidga perspektiv.

Steg 3. INFORMERA

Visa vägar vidare till fördjupad information.

Steg 4. FOKUSERA, FORMULERA OCH FATTA BESLUT

Tydliggör mål och delmål samt vägarna dit.

I metodhandledningen berörs i huvudsak Karriärpaketets delar Valet, Kompetens, Inspiration och Yrken. Mer information om Hälsa finns i den filmade presentationen på Karriärförlagets hemsida.



Steg 1. **INSPIRERA INVOLVERA INTRODUCERA**

■ **Vad kan programmet ge?**

Avsätt tid för det första mötet och introduktionen av programmet!

Klargör vad programmet kan ge;

- tips och idéer kring vad han/hon kan gå vidare med
- förslag på yrken, arbetsområden
- en visualisering av intressen och färdigheter
- möjlighet att konkretisera mål och delmål.

Det är viktigt att klienten är medveten om att programmet kräver egen aktivitet och eget engagemang.

■ **Hur kommer man in i programmet?**

Gå igenom rutiner för användarnamn och lösen. Klienten behöver veta att han/hon kan använda Karriärpaketet när som helst och var som helst. För att det ska vara möjligt behöver han/hon sin egen inloggningsinformation. Det resultat som skapas genom klientens aktivitet i programmet är bara synlig för honom/henne personligen om ni inte tillsammans beslutar annat.

■ **Karriärpaketet – en översikt**

Öppna programmet och visa de olika delarna övergripande. Låt klienten sitta vid en egen dator, sitt själv bredvid och handled. Om klienten ska kunna jobba självständigt i programmet behöver han/hon ha prövat att klicka och arbeta på egen hand. Ha en öppen och ödmjuk attityd – vissa har liten datorvana medan andra kan mer.

**** Beroende på klientbehov och förmåga – gå igenom programmet, en del i taget. Visa gärna hur han/hon kan hitta en filmad presentation av programmets olika delar på Karriärförlagets hemsida.***



- 1. Valet** – En avancerad intresseinventering med möjlighet att värdera en mängd aspekter på funktioner i arbetslivet.
- 2. Kompetens** – Ett underlag som öppnar för tankar kring färdigheter och förmågor.
- 3. Inspiration** – Bilder av arbetsmiljöer som kan inspirera till tankar om hur ett framtida arbetsliv kan se ut – ger exempel på yrkesområden och på konkreta yrken.
- 4. Hälsa** – Ett verktyg som ger mer information om funktionshinder och arbetsliv.
- 5. Yrken** – Ett uppslagsverk om yrken och arbetsliv som också ger en direkt koppling till arbetsmarknad
- 6. Ditt resultat** – Sammanfattningen av Karriärpaketets delar. Det ger en mångfacetterad översikt och ett samlat diskussionsunderlag – en väg till studie- och karriärplanering.

Komma igång - Valet

Uppmuntra klienten att gå in i Valet och värdera de första 42 frågor som berör aspekter på arbetslivet. Visa hur svaren sparas och låt honom/henne logga ut och in igen med handledning.



VALET består av ett 100-tal frågeställningar om olika aspekter i yrkeslivet. Här ges möjlighet att fundera över aspekterna och markera den känsla av intresse som upplevs inför frågan. Frågan ska besvaras känslomässigt – känns det kul? Eller trist? När frågorna besvarats, presenteras en yrkeslista som inspirerar till fortsatt aktivitet.

*** Ge klienten i uppgift att jobba hemma med någon del av programmet (eller hela). Yrkeslistan – resultat av Valet – är en viktig utgångspunkt för diskussion vid ett gemensamt möte. Klienten kan på egen tid värdera ALLA frågeställningar och botanisera i programmet.**



Beroende på klientens grad av självständighet och förmåga att arbeta i programmet avgör ni hur mycket han/hon kan göra på egen hand innan ert nästa gemensamma möte.



Yrkeslistan med "verktygslåda"

Vissa klienter kan uppleva det svårt eller tålamodskrävande att läsa många frågor och besvara dem. Prova att istället börja med den del av programmet som heter Inspiration.

Sammanfattning: Steg 1 har som syfte att inspirera till användning av Karriärpaketet. Här introducerar man klienten i programmet samt involverar honom/henne i att själv ta ansvar för aktiviteten.

Steg 2. BEARBETA OCH BELYSA

Vid det här besöket är det viktigt att ni samtalar om hur klienten upplevt att arbeta i programmet och hur han/hon känner inför resultatet. Fokus ligger på att vidga perspektiv.

Sitt gärna vid en dator tillsammans (klienten vid tangentbordet!) . Ta fram hans/hennes resultat och samtala om hur han/hon tänkt. Gå till klientens lista med yrkesförslag.

Yrkeslistan består av ett antal yrken rangordnade utifrån hur klienten prioriterat och värderat yrkets aspekter. Den ger ett synligt underlag för diskussion – Känner klienten igen sig? Hur tänker han/hon vid första anblicken av yrkeslistan? Finns det yrken som kan strykas direkt?

Vilka yrkesförslag skapar motivation att läsa mer om?

Visa "verktygslådan" och gå igenom dess funktioner och möjligheter.



Din yrkeslista

Samtala med klienten om "Din yrkeslista" t.ex så här:

De yrken som passar bäst, står överst på listan.

Listan är upprättad utifrån de svar du gett, och utifrån den utbildningsnivå du valt.

På "Din yrkeslista" står ett antal yrken som du säkert förväntade dig att finna där, men det finns säkert några som överraskar dig.

Det är en bra idé om du ser på bägge delar. Både de du förväntade dig och de som överraskade dig. När du fördjupar dig i ett yrke, kan du få veta både vad man gör i jobbet men även hur yrket passar till dina svar. Kanske kommer du att upptäcka nya möjligheter!

Saknar du yrken på listan?

Leta upp yrket i "Se alla yrken i Valet" så får du en förklaring, genom dina svar på aspekterna, varför ett specifikt yrke inte finns med på listan.

Vad betyder färgerna?

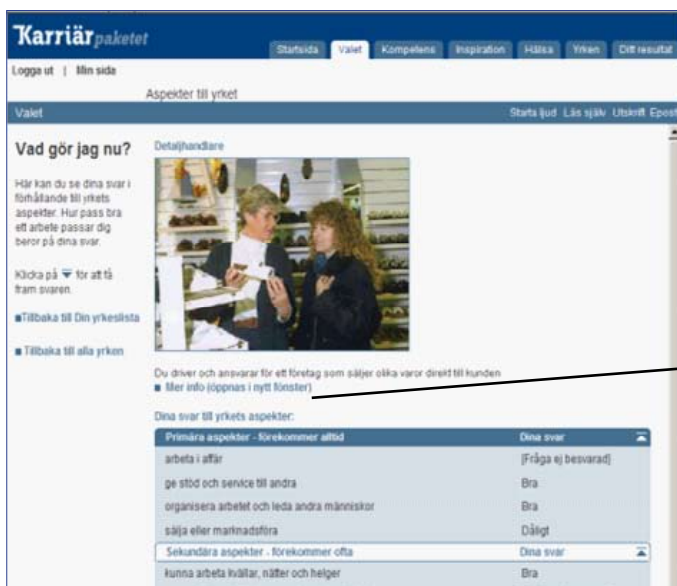
- Passar bra eller mycket bra till dig
- Passar ganska bra till dig
- Passar mindre bra till dig

Klicka på ett yrke för en utökad information och en fullständig bild av hur klienten värderat yrkets alla aspekter, det blir därmed synligt varför han/hon fått yrket som förslag.

Det kan ofta vara bra att dra ut yrkeslistan på papper och jobba konkret med penna – stryka under och anteckna.

Genom funktionen "Se alla yrken i Valet" kan klienten få klart för sig varför ett specifikt yrke INTE finns med i yrkeslistan.

Titta på några exempel.



Engagera klienten i att reflektera över sina svar.

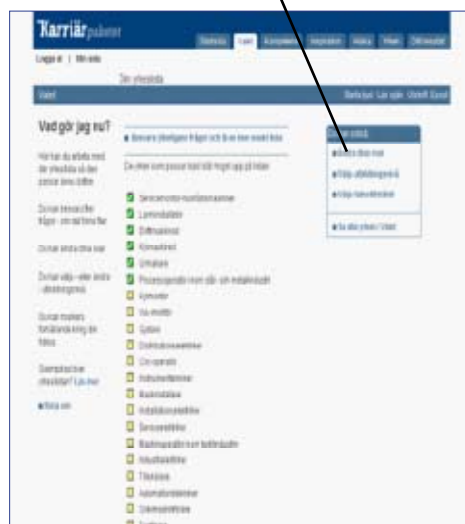
Visa att det finns vägar vidare till mer information om varje yrke genom att klicka här. "Mer info"

Nedanför finns en utförlig lista över vilka aspekter som dominerar yrket och hur klienten värderat dessa.

Jag vill ändra mina svar – få en översikt

I de fall där en klient upplever listan med yrkesförslag som "tunn" är det särskilt viktigt att klargöra kopplingen mellan hans/hennes svar och yrkesförslagen. En översikt som domineras av svaret "mycket dåligt" blir av förklarliga skäl rätt "tunn". Samtala kring hur det kommer sig att han/hon har en negativ uppfattning om många yrkesaspekter.

Med hjälp av verktygsfältet får ni fram en översikt. Klicka på "Ändra dina svar". Programmet visar då en samlad bild av hur klienten värderat alla yrkesaspekter.





KOMPETENS - Mina färdigheter

Den del av Karriärpaketet som heter Valet speglar intressen. Det kan vara intressant för klienten att också reflektera över och ta ställning till hur han/hon ser på sina färdigheter i relation till arbete. Gå in i den del av Karriärpaketet som heter Kompetens. Gå igenom och värdera färdigheter alternativt titta på det resultat som klienten redan arbetat igenom på egen hand.

Resultatet av Kompetens kompletterar Valet! Programdelen ger inget resultat om inte klienten gått igenom Valet först.

INSPIRATION - Vilka arbetsmiljöer känns lockande?

Den klient som valt att inleda med **Inspiration** kan i sin egen takt nu pröva att gå vidare med Valet och Kompetens.

Den som inte tittat närmare på Inspiration kan se hur bilderna av arbetsmiljöer stämmer med de yrkesförslag han/hon fått fram genom Valet och Kompetens.

Tänk på att klienten kan e-posta sitt resultat av Karriärpaketet till dig. På så sätt får du del av det och kan förbereda er fortsatta kontakt.

Sammanfattning: Steg 2 ska bidra till vidgade perspektiv kring både färdigheter och möjligheter och öppna för diskussion om yrkesförslagen.

** Inför nästa steg kan klienten få i uppgift att välja ut ett begränsat antal yrken/arbetsområden och fördjupa sig i dessa via webb, personliga kontakter eller på andra sätt.*



Steg 3. INFORMERA

Klargöra vägar vidare

”Information är bara värdefull för individen om han/hon kan placera den i sitt tänkande och använda den som meningsfull kunskap” (Peavy³)

Klientens val av yrken ger motivation till vidare fördjupning och diskussion. Han/hon kan behöva hjälpmedel i form av länkar till konkret information om studievägar och arbetsmarknad.

Strategi för informationssökning:

Ett metodexempel.

Fritidsledare. Var är dessa oftast anställda? Vad har fritidsledare för utbildningsbakgrund? Var finns utbildningen? Vad krävs för att bli antagen? Vad krävs av klienten? Långsiktig och kortsiktig målformulering. Möjligheter och hinder.

Länktips: www.folkhogskola.nu

Behandlingsassistent. Var jobbar behandlingsassistenter? Finns dessa arbetsplatser i klientens region? Kan du tänka dig att flytta? Vad har en behandlingsassistent för utbildningsbakgrund? Var finns utbildningen? Vad krävs för att bli antagen? Vad krävs av klienten? Långsiktig och kortsiktig målformulering. Möjligheter och hinder.

Länktips: www.studera.nu www.ky.se

Kriminalvårdare. Var jobbar kriminalvårdare? Finns dessa arbetsplatser i din region? Kan du tänka dig att flytta? Vad har en kriminalvårdare för utbildningsbakgrund? Var finns utbildningen? Vad krävs för att bli antagen? Långsiktig och kortsiktig målformulering. Möjligheter och hinder.

Länktips: www.kriminalvarden.se

3 Konstruktivistisk vägledning - teori och metod (1998)



Fundera och reflektera:

Vad skiljer ovanstående yrken åt? Hur ser de olika arbetsmiljöerna ut? Vad skiljer sig åt i utbildningarna?

YRKEN – använd informationsbanken i Karriärpaketet

Diskutera tillsammans med klienten

- Vad lockar i de yrken du valt ut?
- Var kan man jobba med detta? Arbetsmiljöer? Företag? Geografisk närhet?
- Vad krävs inom yrket?
- Vad krävs av dig?
- Utbildningsvägar?
- Praktikmöjligheter?
- Nätverk?

Sammanfattning: Steg 3 ska stödja klienten i att undersöka och konkretisera vägar vidare till realistiska mål.

****Ge klienten i uppgift att hemma ta reda på vad han/hon behöver veta för att kunna formulera ett klart definierat mål. Hur ska han/hon nå dit och vad behöver göras?***



Steg 4. FOKUSERA, FORMULERA MÅL OCH FATTA BESLUT

Jag vill...för att komma dit måste jag:

Knyt ihop trådarna och backa tillbaka. Delarna Valet, Kompetens och Hälsa bidrar till att ge en bild av klientens intressen, färdigheter, möjligheter och hinder. Inspiration och Yrken ger med kompletterande information om studievägar och arbetsliv en bra grund för kunskap om omvärlden.

Vi kan koppla Karriärpaketet till **Vägledningsmodellen** på följande sätt:

Medvetenhet om mig själv

Steg 1

VALET KOMPETENS HÄLSA

Samtal och reflektion

Medvetenhet om omvärlden

Steg 2 och 3

VALET ÖVERSIKT YRKEN INSPIRATION

Samtal och reflektion

Fatta beslut

Steg 3 och 4

Bearbeta information

Samtal och reflektion

Formulera mål och genomföra

Steg 4

Samtal och reflektion



I **coachingmodellen**, som alltid har fokus på vad klienten vill uppnå, kan vi lägga in Karriärpaketets delar på följande sätt:

Steg 1. Identifiera behov och **öppna för möjligheter**

VALET, KOMPETENS, HÄLSA

Samtal och reflektion

Steg 2. Främja egna svar, motivation, medverkan och ansvar

VALET, KOMPETENS, HÄLSA

Samtal och reflektion

Steg 3. Stöd att undanröja hinder på väg till beslut och resultat

VALET, ÖVERSIKT, INSPIRATION och YRKEN

Samtal och reflektion

Steg 4. Planering och uppföljning

DITT RESULTAT och aktiviteter som synliggör tydliga vägar vidare.

Sammanfattning: Steg 4. Klienten behöver coaching och support i att fatta ett beslut som leder fram till att han/hon genomför en förändring och själv tar ansvar för den. Karriärpaketet kan utgöra ett viktigt stöd och ett verktyg i den processen.



Karriärpaketet i teori och praktik

Karriärpaketets utveckling

Karriärpaketet har utvecklats vid Loughborough University i England. Programmet bygger på lång empirisk forskning⁴, där många användare, både klienter och konsulenter/vägledare, konstruktivt bidragit till programmets utveckling under ca 25 års tid.

Programmet är helt webbaserat. Syftet är att ge underlag för samtal om studie- och karriärvägar. Det inbjuder till egenaktivitet och lägger fokus på förslag till konkreta yrkes- och arbetsområden. Programmet är individcentrerat och erbjuder struktur och underlag för fortsatt aktivitet och karriärplanering, enskilt eller i grupp.

Om vägledning och teorier

En teori har som syfte att skapa en överskådlig bild av verkligheten. Teorierna samspelar med samhällsutvecklingen och ändras därmed över tid. Inom väglednings/coaching området kan vi identifiera tre huvudtyper av teoribildning.

- Karriärutvecklingsteori – förklarar varför individer väljer eller hamnar inom olika områden
- Vägledningsteori – klargör vad som händer i relationen mellan vägledaren/coachen och klienten/eleven
- Val- och beslutsteorier – fokuserar på vad som händer i specifika brytpunkter och valsituationer.

Har Karriärpaketet någon teoretisk förankring?

Karriärpaketet utgör ett verktyg som går att koppla till flera olika teoribildningar. Ett fokus är matchningsinriktad teoribildning (Parson⁵ och Holland⁶). I Karriärpaketet uppmuntras användarna att värdera olika funktioner i arbetslivet. Värderingarna matchas mot yrken och leder fram till yrkesförslag. Vägledaren/coachen har en viktig roll i att informera om hur Karriärpaketet kan utnyttjas från en renodlad matchning – test them and tell them – till ett mer dynamiskt verktyg i en vägledningsprocess.

Då Karriärpaketet är transparent, dvs. resultat och process är fullt synlig, så öppnar det för svar på frågeställningar som; Hur kommer det sig att programmet föreslår dessa yrken? Vilka aspekter dominerar i ett valt yrke? Därmed bidrar det till diskussion och reflektion om yrken, individens

4 Empirisk; grundad på erfarenhet eller studier av verkliga förhållanden

5 Trait and Factor Theory

6 Theory of Vocational Choice



preferenser och vad han/hon tror ligger bakom dessa. (Super⁷). Denna ökade insikt jämte kopplingen preferenser – yrken – ger också en unik möjlighet att vidga perspektiv, ett av vägledningens och coachingens viktigaste uppgifter.

Karriärpaketet ger individen möjlighet att fundera över sina färdigheter och öppnar för insikt om vilka färdigheter som kan kopplas till ett specifikt yrkesområde. Programmet ger också underlag för samtal som berör hur omgivningen påverkar individens bild av sina förmågor och färdigheter. Det stimulerar klienten att söka nya möjligheter. (Krumboltz⁸)

Utifrån de yrken som föreslås ges en öppning för att samtala om hur genus, etnicitet och socialgruppstillhörighet (Gottfredson⁹) påverkar valet av yrkesinriktning. Transparensen bidrar till att öppna dialogen och skapa ökad insikt hos användaren. Den användare som gärna använder bilder som uttrycksmedel får snabb respons och inspiration till att utforska yrken vidare. Att ta ställning till bilder av miljöer bidrar också till vidgade perspektiv då många arbetsuppgifter, trots mycket olika innehåll, återfinns i likartade miljöer.

Om metoder och förhållningssätt i en vägledande roll

En vägledare/coach arbetar oftast eklektiskt¹⁰. Vägledande aktiviteter bygger oftast på flera olika teoribildningar. En vägledare/coach behöver ha god kunskap om olika verktyg och metoder och kunna förhålla sig till dessa på ett professionellt sätt. Han/hon ska veta när, var, hur och för vem ett verktyg eller en metod kan användas. Vägledarens/coachens förhållningssätt, hur man introducerar och följer upp Karriärpaketet har betydelse för hur effektivt och värdefullt programmet blir för individen.

Karriärpaketet – strukturerat och rationellt

Då Karriärpaketet är helt webbaserat så kan det, rätt använt, utgöra ett stöd för både den som söker karriärvägledning och ge vägledaren/coachen en möjlighet att arbeta både professionellt, rationellt och strukturerat.

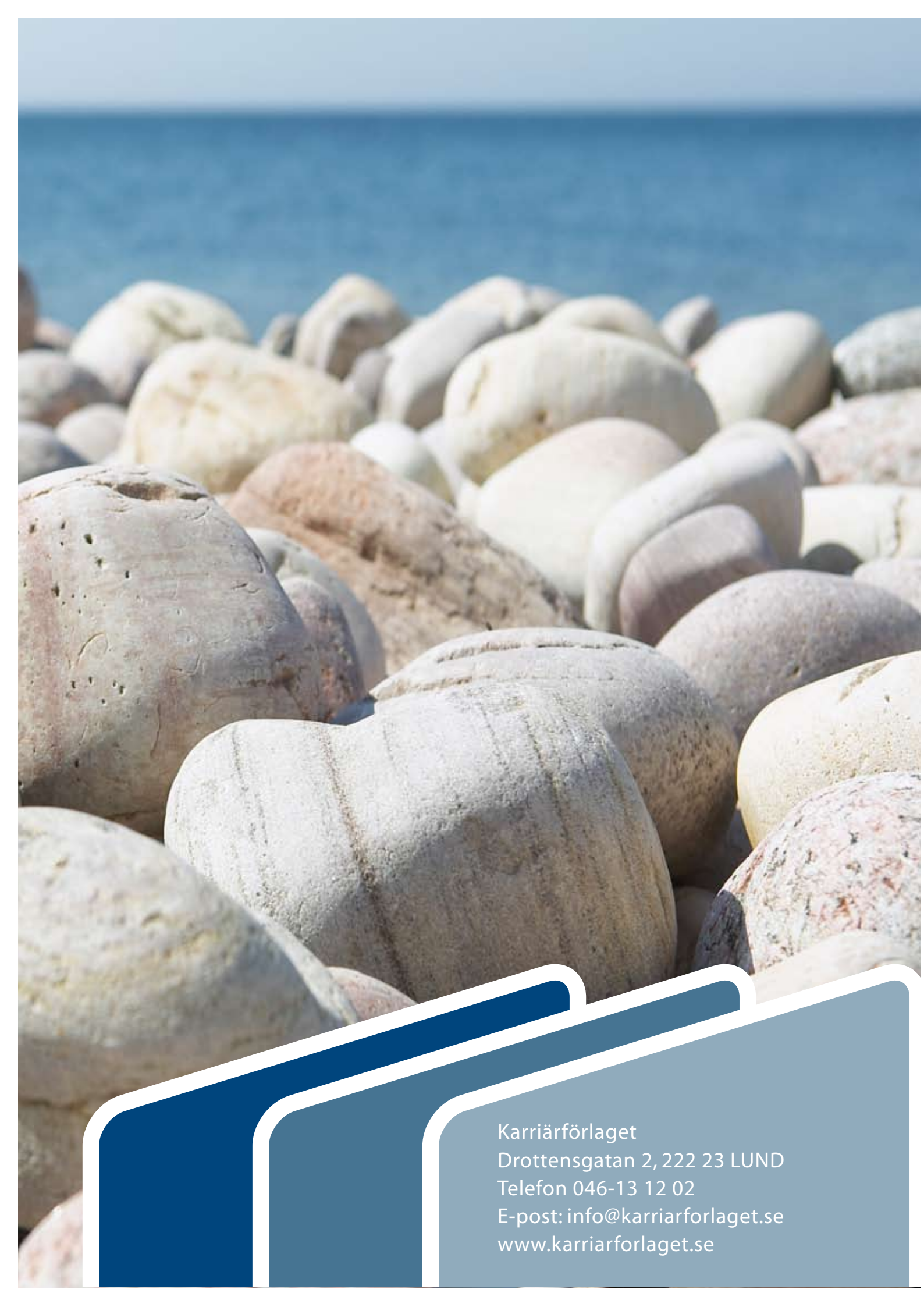
Lycka till med Karriärpaketet i ditt klient/elevarbete!

7 Theory of Vocational Development

8 Social Learning Theory. Krumboltz, John D 1996, menar att vägledande aktiviteter har som syfte att stimulera individen att söka nya erfarenheter (Karriärvalg, 2007, sid 19)

9 Theory of Circumscription and Compromise

10 Eklektisk – försöker förena tankar och idéer från olika håll



Karriärförlaget
Drottensgatan 2, 222 23 LUND
Telefon 046-13 12 02
E-post: info@karriarforlaget.se
www.karriarforlaget.se