

# Karrierelæring og refleksionsredskaber

Ørestad 7. november 2018

Lene Jeppesen

lj@kg.dk

# Dialogoplæg:

- Karrierelæring hvorfor, hvordan og hvad
- Cefu's værktøj
- Kasper Hanghøj og refleksionsværktøjer
- Afsluttende dialog

# Definition:

## *Karrierelæring:*

en læreproces, der retter sig mod opbygning af karrierekompetencer

## *Karrierekompetence:*

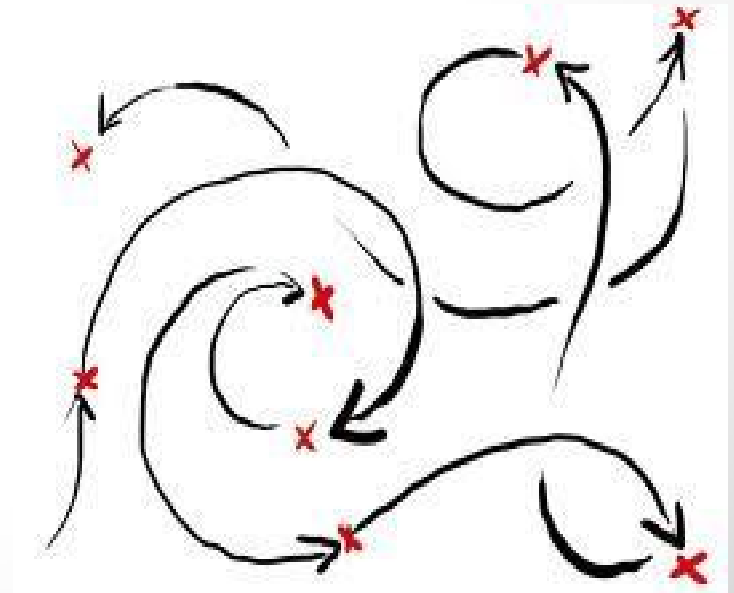
elevernes håndtering af og forståelse for deres forløb og overgange i uddannelsessystemet ved hjælp af viden om dem selv, fag, uddannelser, arbejdsmarked og samfundet

# Karriererefokus og karrierelæring i og efter STX/HF

- mange går i stå efter endt eksamen
- hvad skal de bruge stx/hf-eksamen til?
- der er skræmmende mange valg
- den samfundsmæssige individualiseringstendens, selvansvar
- uddannelse i dag som krav og ikke et gode

# Formål med karrierelæring:

- del af dannelse
- del af livslanglæring
- kompetente til at vælge
- lære sig selv bedre at kende
- lære at navigere i et fleksibelt arbejdsmarked



•

# Karrierelæring/Refleksioner pga af nedenstående udfordringer:

- Gymnasiet er en "black box"  
Der er et behov for at kvalificere de unges fremtidsforestillinger. Gymnasiet er som en 'black box', hvor karriereafklaringen sættes på hold – eller bliver den unges eget ansvar
- Motivationskrise
- Afklaring sker gennem afprøvning. Mange gymnasieelever har et behov for at 'prøve sig selv af'
- Karrierehåndtering er noget, der skal læres og forventes at blive en stadig vigtigere kompetence. Og hvis ikke i gymnasiet, hvor skal de unge ellers lære det henne?

# Interviewøvelse:

Parvis skal I skiftes til at interviewe hinanden om hinandens uddannelsesvej.

- Hvordan ser jeres uddannelses – og karrierevej ud frem til i dag?
- Hvordan har I truffet valg undervejs i forhold til hvor I er i dag?
- Hvilke overvejelser har spillet en stor rolle?
- Hvilke tilfældigheder?
- Efter 3 min. bytter I roller



# Karrierelæring

skal integreres i undervisningen generelt

Baggrund:

- mindske angst for forkerte valg
- skabe klarere overblik over muligheder
- styrke kursisternes evne til at håndtere karrieremæssige udfordringer



# Karriere/arbejdsmarked som tema

## Eksempler

- Stress
- Fremtidens arbejdsmarked
- Historiske perspektiver på arbejdslivet
- Arbejdsliv i andre lande og kulturer
- Ethiske dilemmaer på arbejdsmarkedet
- Arbejdsliv og sundhed
- Arbejds miljø
- Køn og arbejdsliv



## Hvordan bliver det led i udvikling af karrierekompetencer?

Refleksionsøvelser undervejs:

- Hvordan relaterer det til mit liv?
- Hvad er mine drømme og bekymringer?
- Hvordan ville mit liv se ud inden for disse fag/arbejdsmarkeder?

# *Interview med studerende på KEA*

- **KS-samfundsfag:** De mange valg: uddannelsesvalg i det senmoderne samfund.
- **KS-faglige mål:** - gennemføre en empirisk undersøgelse, identitetsdannelse i det senmoderne
- **Karrierekompetencer:** Valgkompetencer - kendskab til uddannelsessystemer og uddannelsesvalg



# *Fra studieliv til arbejdsliv: CV og ansøgning*

- **Dansk:** De mange valg: uddannelsesvalg i det senmoderne samfund.
- **Dansk faglige mål:** Skriftsprogets normer for korrekthed, udtrykke sig præcis, nuanceret skriftlighed.
- **Karrierekompetencer:** Selvindsigt - kendskab til egne styrker og svagheder. Faglig profil: kendskab til arbejdsmarked



# *UCC – Problemformulering, Taksonomi.*

- **KS:** Eksamens træning – problemformulering og synopsis
- **KS-faglige mål:** Kendskab til taksonomi - synopsis -gennem arbejdet med ovenstående opdager og forstår de hvordan der kan kobles mellem fag og forskellige uddannelser via fælles systematik.
- **Karrierekompetencer:** kendskab til uddannelsessystemer og uddannelsesvalg - kursisterne fokuserer på egne evner og styrker i forhold til de forskellige uddannelser. Samarbejdet med UCC giver endvidere en indsigt i uddannelser og jobmuligheder



# Studieretningsdag med rollemodeller:

## ‘Noget med mennesker’ (3 timer)



- Oplæg ved studievalg:  
Hvordan kan man arbejde med mennesker?
- Refleksionsøvelser:  
Hvad kan jeg lide?
- Rollemodeller –  
tidligere elever om studieforløb

”Jeg valgte studieretningen, fordi jeg kan få en viden omkring mennesket.”

Christina 2.g

# Dansk

Forløb: **Det gode liv – for meget eller for lidt arbejde?**

- Litterær analyse af fx nedenstående tekster:
- Nexø: Lønningsdag
- Seeberg: Hullet
- Bikstok Røgsystem: Fabrik
- Gordon Inc: Eftertanker til en arbejdslederlig samtid, kronik
- Bent Vinn Nielsen: Arbejdssky, roman, uddrag

Refleksioner over egne valg, værdier og drømme.

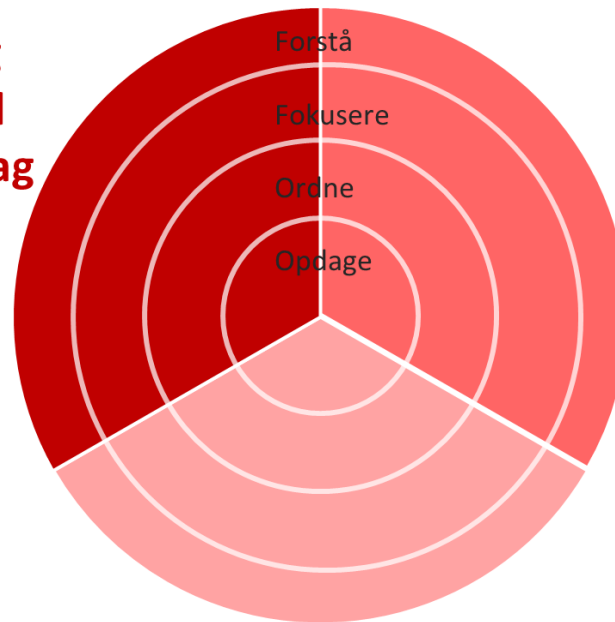


# Alumnedag:



# Redskab fra CeFU som "rød tråd"

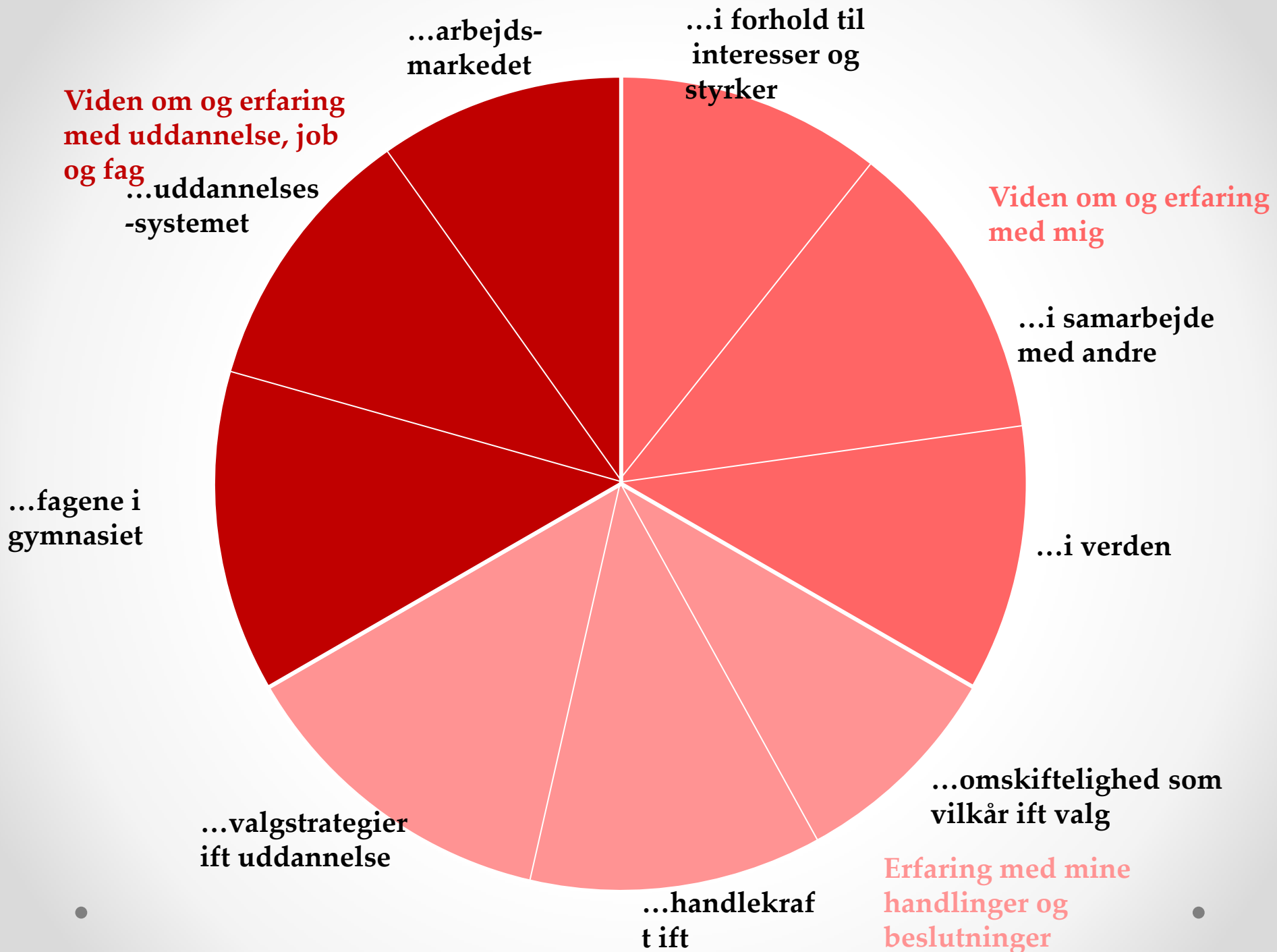
**Viden om og  
erfaring med  
uddannelse, fag  
og job**



**Viden om og  
erfaring med  
mig**

**Erfaring med mine  
handlinger og beslutninger**





# Samtale 2 og 2 - 5-7 min.

- Hvilke af de forløb der er præsenteret her kunne anvendes i jeres arbejde?
- Kom med et eksempel på et forløb du har gennemført, som kunne blive yderligere kvalificeret af at inkludere et karrierelæringsperspektiv og forklar hvorfor.

# Kasper Hanghøjs refleksionsøvelser:

- 8 øvelser
- 15-30 min
- Læreren er facilitator af et gruppearbejde
- Øvelserne er bygget op om tryghed og perspektiv
- De er legende, hvad har de med sig, samtale med klassekammerater
  
- <http://www.karrierefokus-gym.dk/refleksionsøvelser>

## HVORDAN FÅR VI ELEVERNE TIL AT TALE OM DERES DRØMME, FREMTIDSPLANER OG KOMPETENCER:

- Eleverne taler *ikke* med hinanden om valg, veje og uddannelse
- Gennem øvelserne får læreren skabt et rum for en snak, eleverne ellers ikke har – men som er vigtig!
- Øvelserne handler om elevernes egne og andres tanker, om hvad der betyder noget for dem.
- Øvelserne er ikke tidskrævende, personlige eller alvorlige.
- Øvelserne kan tilpasses eget virke.

# Refleksionsøvelser – Kasper Hanghøj

Arbejdet med refleksionsøvelserne kan endvidere være med til at eleverne fokuserer på egne evner og styrker i forhold til de forskellige uddannelser. Sidst men ikke mindst at udvikle deres karrierekompetencer

<http://www.karrierefokus-gym.dk/refleksionsøvelser>



-  [Øvelse 1: Fire måder at leve på \(DOC | 88 kB\)](#)
-  [Øvelse 3: En survey \(DOC | 86 kB\)](#)
-  [Øvelse 4: Fire måder at vælge på \(DOC | 83 kB\)](#)
-  [Øvelse 5 "Hvad mener du?" spillet \(DOC | 81 kB\)](#)
-  [Øvelse 5a: Udsagn til spillet "Hvad mener du?" \(DOC | 18 kB\)](#)
-  [Øvelse 6: Hvilket job og hvilket liv? \(DOC | 83 kB\)](#)
-  [Øvelse 7: Hvad er vigtigt? \(DOC | 486 kB\)](#)
-  [At vælge uddannelse \(DOC | 81 kB\)](#)

# 4 måder at leve på

4 cases

Signe – Jurist

Henrik – Vicevært

Victor – Geolog

Line - Pædagog

KARRIEREFOKUS  
- i og efter gymnasiet



## 4 MÅDER AT LEVE PÅ

Sid sammen i jeres bordgrupper

Formålet med denne øvelse er at gøre sig små overvejelser over, hvad der kan være vigtigt for at have et godt liv - både for andre og for en selv.

Øvelsen har tre trin:

1. Læs først de 4 cases.
2. Tal i grupperne om de forskelle og ligheder I får øje på i de forskellige cases, når det gælder ideer om det gode liv. Brug spørgsmålene under pkt. 2 som inspiration.
3. Afslut med en runde om, hvad I mener kunne være vigtigt for jer hver især.

### 1. CASEBESKRIVELSER

Signe

# Elevernes gruppearbejde:

- **2. GRUPPEDRØFTELSE**

- Tal sammen i gruppen om følgende spørgsmål og husk, at I ikke nødvendigvis skal blive enige, men høre hinandens forskellige perspektiver:
- Hvilke forskelle og ligheder ser I mellem Line, Victor, Henrik & Signe?
- Hvad karakteriserer deres forskellige ideer om det gode liv?

- **3. AFSLUTTENDE RUNDE**

- Som afslutning på øvelsen tag da en runde, hvor hver især svarer på følgende spørgsmål:
- Hvis ide om det gode liv kan du mindst relatere dig til? Og hvorfor?
- Hvis ide om det gode liv, kan du mest relatere dig til? Og hvorfor?
- Nævn en af de ting, der vigtige for dig, for at have et god liv - hvis ikke du allerede har gjort det i besvarelsen af spørgsmålene oven for.



# KARRIEREFOKUS

- i og efter gymnasiet



## EN SURVEY

Formålet med denne survey er at høre andres overvejelser om, hvad de lægger vægt på i forhold til studievalg, job og andre ting, og derved måske også få en fornemmelse for, hvad der betyder noget for en selv.

Gå sammen i grupper på 4 & 4.

Først udfylder I nedenstående skema. Der er ikke "rigtige" og "forkerte" svar, så I skal svare, hvad I selv mener. Når I har udfyldt skemaet, følger I punkt 2. og 3. neden for skemaet.

## 1. Udfyld skema

Udsagn	Ja	Nej
1. At vælge, hvad jeg skal efter gymnasiet er en stor, vigtig og svær beslutning		
2. Det er vigtigere at tale med sine venner om, hvad man vil efter gymnasiet, end at tale med sine forældre eller andre voksne om det		
3. Jeg føler, at jeg får den rette hjælp til at finde ud af, hvad jeg skal, når jeg er blevet student		
4. Jeg udskyder min beslutning om, hvad jeg vil, til jeg er blevet student		
5. For mig er det vigtigt at have en plan for, hvad jeg skal, når jeg er student		
6. Jeg tror på, at jeg nok skal finde noget at lave - også selvom jeg ikke lige nu ved, hvad jeg skal		
7. Prestige og status har eller vil få afgørende betydning for mit valg af uddannelse/studie		
8. Penge har eller vil få afgørende betydning for mit valg af uddannelse/studie		
9. Mine interesser har eller vil få afgørende betydning for mit valg af uddannelse/studie		
10. Jobmuligheder har eller vil få afgørende betydning for mit valg uddannelse/studie		
11. Jeg kan kun blive lykkelig, hvis jeg finder det rette job		
12. Mine karakterer bestemmer, om jeg kan få et lykkeligt liv		
13. Jeg skal have minimum et års pause fra uddannelse, når jeg er færdig med gymnasiet		

## **2. Arbejdsspørgsmål til gruppearbejde**

Gennemgå spørgsmålene en af gangen. Forklar gerne hinanden, hvorfor I har svaret, som I har gjort. Det handler ikke om at blive enige! Det handler om at høre hinandens svar og begrundelser. Når I er igennem spørgsmålene, så gå til punkt 3.

## **3. Afslutning**

Afslut med hver især at nævne en ting, som er vigtigt for jer i forhold til de spørgsmål, som I har svaret på. Eksempelvis kunne det være, at for mig er det vigtigt, at jeg ved, hvad jeg skal efter gymnasiet. Eller omvendt for mig er det vigtigt ikke at tænke for meget på, hvad jeg skal efter gymnasiet lige nu. Kom gerne med en begrundelse for, hvorfor netop dette er vigtigt for jer hver især.

# AT VÆLGE UDDANNELSE

Som forberedelse til gruppearbejde med dine klassekammerater, skal du tale med en udvalgt person om, hvordan vedkommende valgte sin uddannelse. Afhængig af, hvad I har besluttet jer for i klassen, kan det både være en person, du kender, eller en person, du er stødt på i forbindelse med et fagligt projekt.

Du kan følge spørgsmålene nedenfor, når du taler med personen.

Du skal kunne huske, hvad personen fortæller. Derfor er det en god ide at tage noter ved at skrive nogle af personens formuleringer ned.

Du kan se på dig selv lidt som en journalist, der skal skrive en historie om personens valg af uddannelse. Det betyder, at du gerne må stille uddybende spørgsmål, når der er noget, du finder spændende eller ikke forstår.

## **Spørgsmål om uddannelsesvalg:**

1. Har du en uddannelse? I så fald hvilken?
2. Hvordan gik det til, at du netop endte på denne uddannelse?
3. Var du på nogen måder i tvivl om, hvilken uddannelse, du skulle vælge?
4. Hvad afgjorde, at du valgte, som du gjorde?
5. Hvad ville du sige var vigtigt for dig, da du valgte uddannelse?
6. Når du ser tilbage nu, hvad ville du så sige, at du lærte af at træffe valget?

# Gruppearbejde:

- Diskuter i grupper af 3-4 hvordan I tænker refleksionsøvelser kan bruges i fag eller på karrierelæringshold eller andre gode tiltag I allerede har stiftet bekendtskab med ca. 7 min

# Skabelon til refleksioner i karrierelæringsaktiviteter på H.C. Ørsted Gymnasiet

Alle karrierelæringsaktiviteter skal indeholde følgende 4 elementer

1. En introduktion til hvorfor aktiviteten bliver afviklet og begrundelse for at der arbejdes med karrierekompetencen.
2. Elevernes egen refleksion over hvad de forventer der vil komme ud af forløbet.
3. En aktivitet der sætter karriereovervejelser i gang hos eleverne og som eleverne aktivt opsøger viden i forhold til.
4. Efterrefleksion over hvad de har fået ud af forløbet ift. karrierelæring

# Hvordan:

1. fase: Fokus: Forklaring af hvorfor der skal arbejdes med karrierelæring

Introduktion:

indhold, forventninger, aktiviteter, muligheder

2. fase: Fokus: Sætte tanker i gang hos eleverne om deres egen karrierelæring

Skriveøvelse

3. fase: Fokus: Udarbejde spørgsmål og stille spørgsmål forberedelse til uddannelses- eller erhvervsbesøg

4. fase: Fokus: efterrefleksion og opsamling

fx cefu's værktøj



# Samtaler og studiebøger som refleksionsværkstøjer:

- **Formål:** Overordnet set at understøtte kursisternes karrierekompetencer ved at udvide deres uddannelseshorisont og få flere til at tage det rigtige uddannelsesvalg i et hensigtsmæssigt tempo, samtidig med at de gives mulighed for en forståelse af livslang læring
- Øget selvindsigt
- Øget valgkompetence
- at inddrage karrierefokus og læring i samtalerne med kursisterne
- at udvikle studiebogen som et redskab til at udarbejde en handleplan for kursistens karrierevej





# Brud med den snorlige vej:

- *Den éne (red. lærer) han fik aldrig en gymnasial uddannelse... og Dorte, først så tog hun én uddannelse, så tog hun ud og rejse i to år eller sådan noget, så kom hun tilbage, så fik hun et barn, så besluttede hun sig for noget andet. Det er bare, deres veje... de vidste ikke hvad de ville fra starten af, og det er meget beroligende, for nu, når vi sidder i deres sko. Jeg synes bare, det er meget beroligende, det der.*

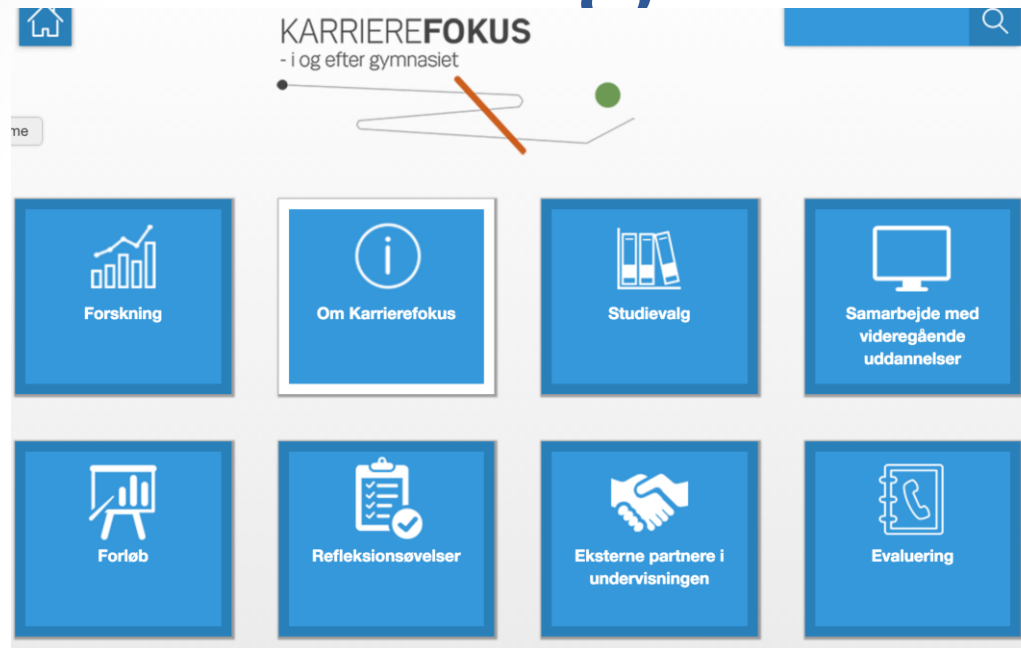
## Fra nødvendighed til interesse

- *Jeg havde planlagt at tage en [videregående uddannelse], men i hvert fald det, de har fortalt her, har gjort det lidt mere interessant og spændende at gå ud og tage en, frem for det var noget, jeg var nødt til, hvis man kan sige det på den måde*

# Afdramatisering:

- *Det [karrieredag] gav et skub bagi. Ja, det synes jeg. Det der med, at de [alumni] anede heller ikke, hvad de ville. Og jeg sidder i samme båd. Og at nu var der også nogle af dem, der tog et sabbat år, og det ville måske også være meget godt for mig lige at afkoble lidt og så sådan lade op med helt ny energi, og så starte på noget, jeg egentlig interesser mig for. Og det er jo ikke fordi, at historie og samfundsfag er det mest spændende for mig, men det er jo noget, jeg skal for at få gennemført det her. Men jeg glæder mig til ligesom at komme ud og prøve noget, som jeg ligesom synes er spændende*

# Hjemmeside med inspiration og materialer



Besøg vores hjemmeside:  
[www.karrierefokus-gym.dk](http://www.karrierefokus-gym.dk)

Eller kontakt  
[caw@oegnet.dk](mailto:caw@oegnet.dk)