

Digital vägledning – att skapa hopp och engagemang

17 juni 2021

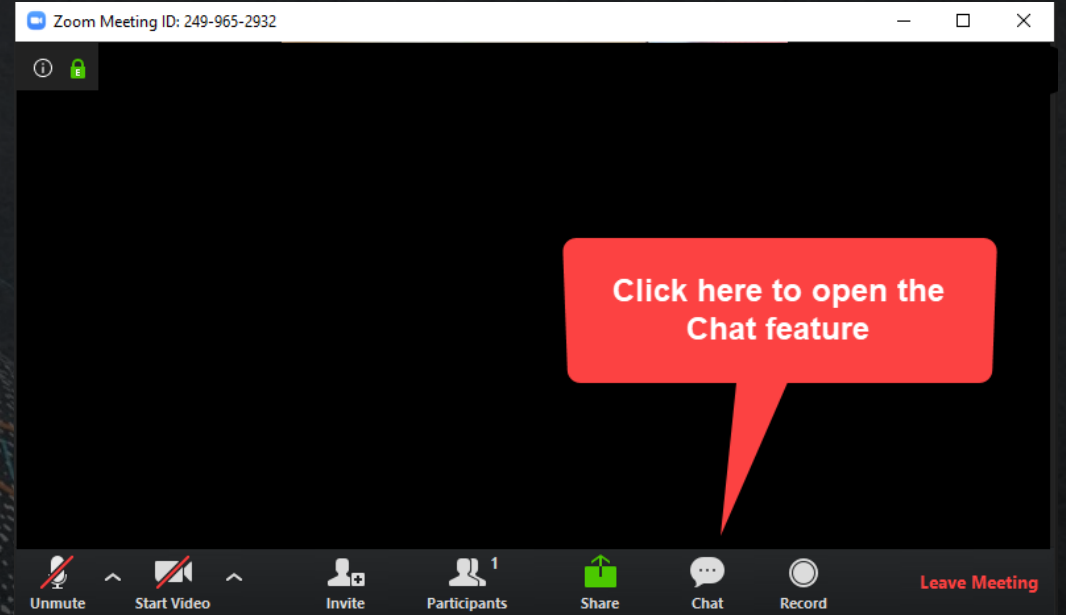
Joakim Cao
Malmö universitet

Några inledande funktioner

1



2



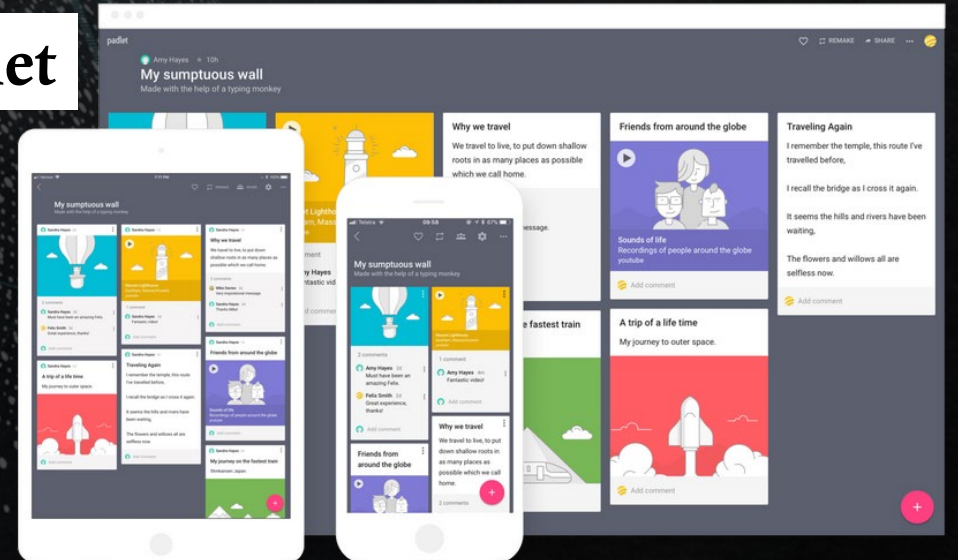
3

Wooclap



4

Padlet





Dagordning 17 juni:

Kl. 13:15 – 16:00

- Introduktion och tips till att skapa interaktiva och engagerade digitala möten

Paus 10 min

- Vi/Ni testar tillsammans några digitala verktyg – breakout rooms

Paus 10 min

- Inspiration till processvägledning (VAD och VAR | Hope-Action Theory).
- Frågor och diskussioner

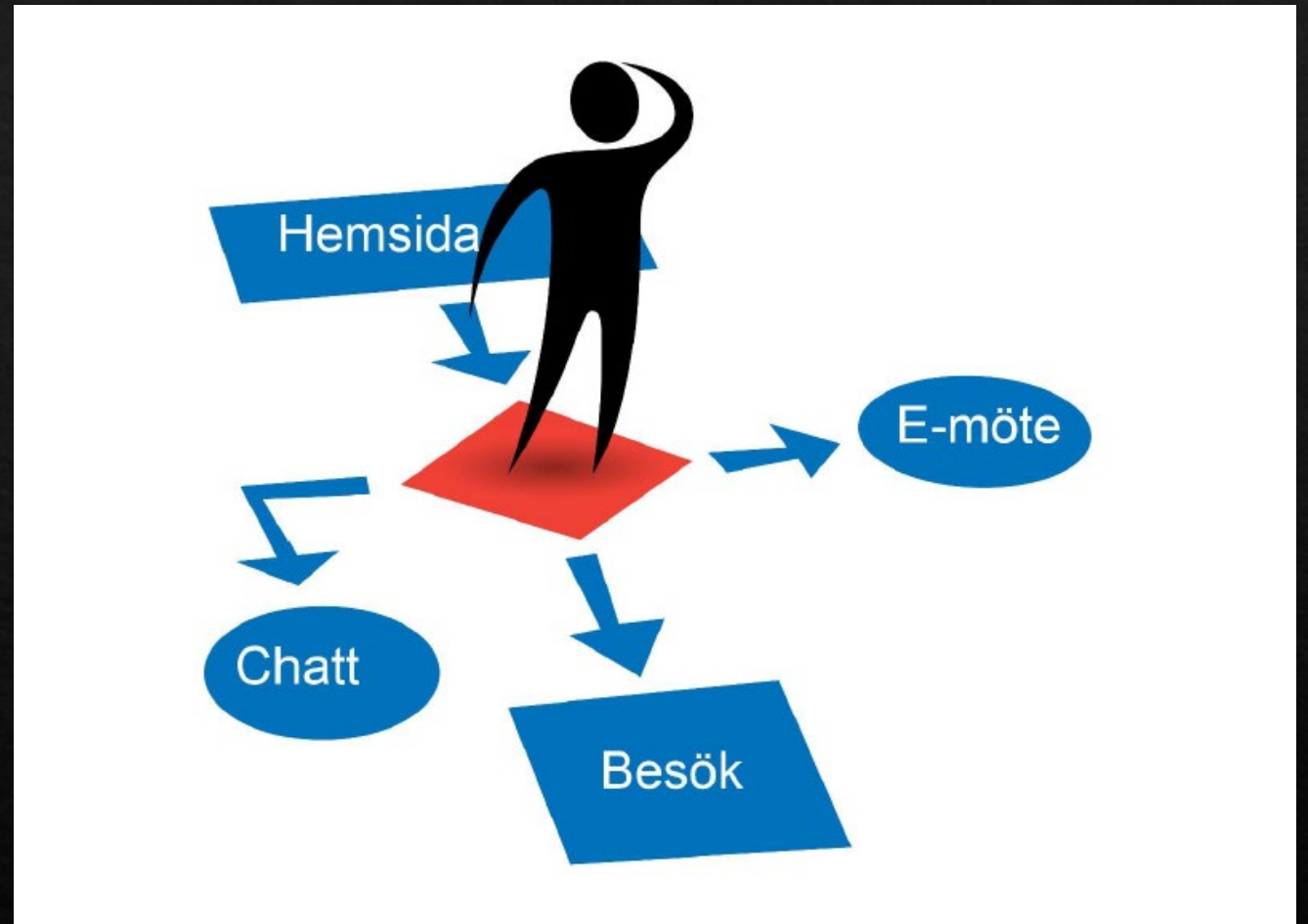


Kort bakgrund

- ◆ Mau sedan 2018. 50% central studie- och karriärvägledare på Studentcentrum, samt 40% fakultetsvägledare på Fakulteten för Teknik och Samhälle. 10% Projektledare: Sommarpraktik för killar (Breddad rekrytering)
- ◆ Fil.mag. i pedagogik | Studie- och yrkesvägledarexamen
- ◆ Erfarenheter från arbetsmarknadsprojektet Stöd och Matchning.
- ◆ På nätet: www.digicao.nu | [@digi.syv](https://www.instagram.com/digi.syv) | [LinkedIn](https://www.linkedin.com/company/digicao)
- ◆ Nyfiken på: Unga vuxna människors utbildning- och yrkesval
→ Övergång från skola-till-arbete.
- ◆ Vill lära mig mer om: Digital vägledning och interaktiv processvägledning (Co-creation).

Kommunikation
på distans

– bra men löser
inte allt



Vad är e-vägledning?

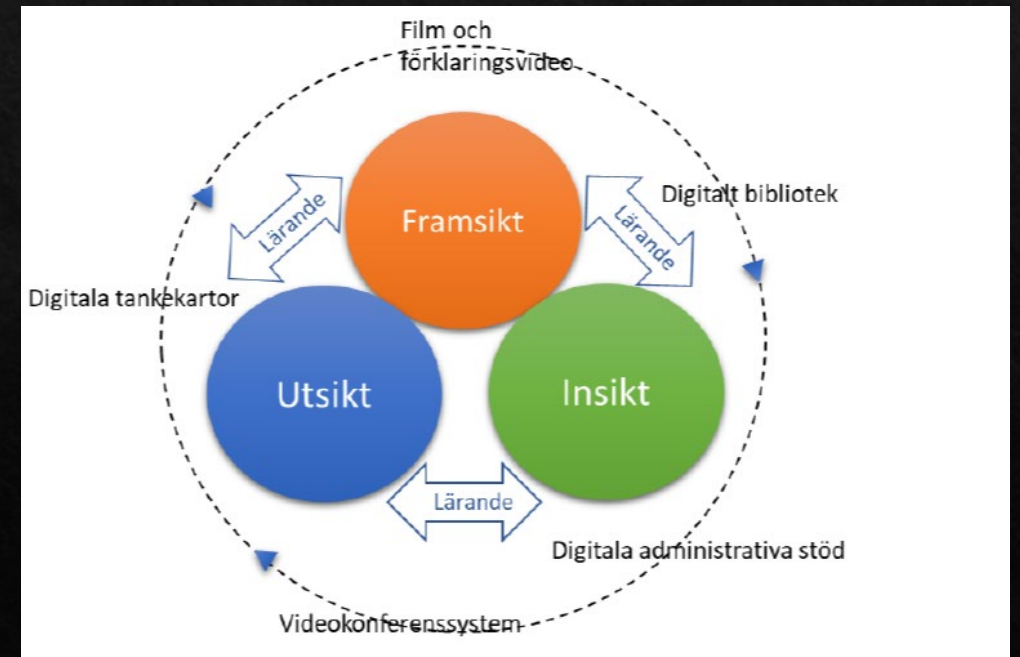


- ◊ Epost
- ◊ Telefon
- ◊ Online forum
- ◊ Chatt
- ◊ Sms
- ◊ Sociala medier (Instagram | Facebook | LinkedIn)
- ◊ Lärplattformar
- ◊ Podd
- ◊ Webbmöten/webinar
- ◊ Hemsidor

DigiSYV (Lindqvist 2019)

- ♦ Digitalisering av studie- och yrkesvägledningen.
- ♦ Svårt att identifiera möjligheter med e-karriärvägledningen i andra sammanhang utöver administration kring antagning och informationsförmedling.
- ♦ Minneskortor, modeller, skärmdelning...
- ♦ Metoder före, under och efter vägledningssamtalen
- ♦ Ett öppet förhållningssätt.
- ♦ <https://evagledning.se/>

evagledning.se





Innan mötet

1. Kompetenser
2. Värderingar (viktigt/inte viktigt)
3. Yrkesområden, 20 kort



På mötet

- Identifiera
- Konkretisera
- Prioritera

Mål

Nytt individuellt samtalsunderlag
med urval av aktuella
yrkeskortlekar



Ny kortsvajpning

- Yrkeskortlekar
- Universitetsämnen



Nytt möte

Framtidskortet

Digitala verktyg till stöd för e-vägledning...

- ◊ Kollaborativa kommentars- & delaytor
- ◊ Kollaborativa skrivytor
- ◊ Egna bloggar
- ◊ Hemsidor och Wikis
- ◊ Ytor för att flippa videoklipp
- ◊ Digitala responssystem
- ◊ Flippytor
- ◊ Namnslumpare & gruppskapare,
- ◊ URL-förkortare
- ◊ Film & livesändning
- ◊ Skärminspelning
- ◊ Serier & animeringar – digitalt berättande
- ◊ Presentationer
- ◊ Tankekartor
- ◊ Tidslinjer
- ◊ Infografik
- ◊ Sociala bokmärken
- ◊ Ordmoln
- ◊ Fria bilder
- ◊ Bildredigering
- ◊ Kartor & statistik
- ◊ Podcast & ljudredigering

[Klicka
här](#)



WEB

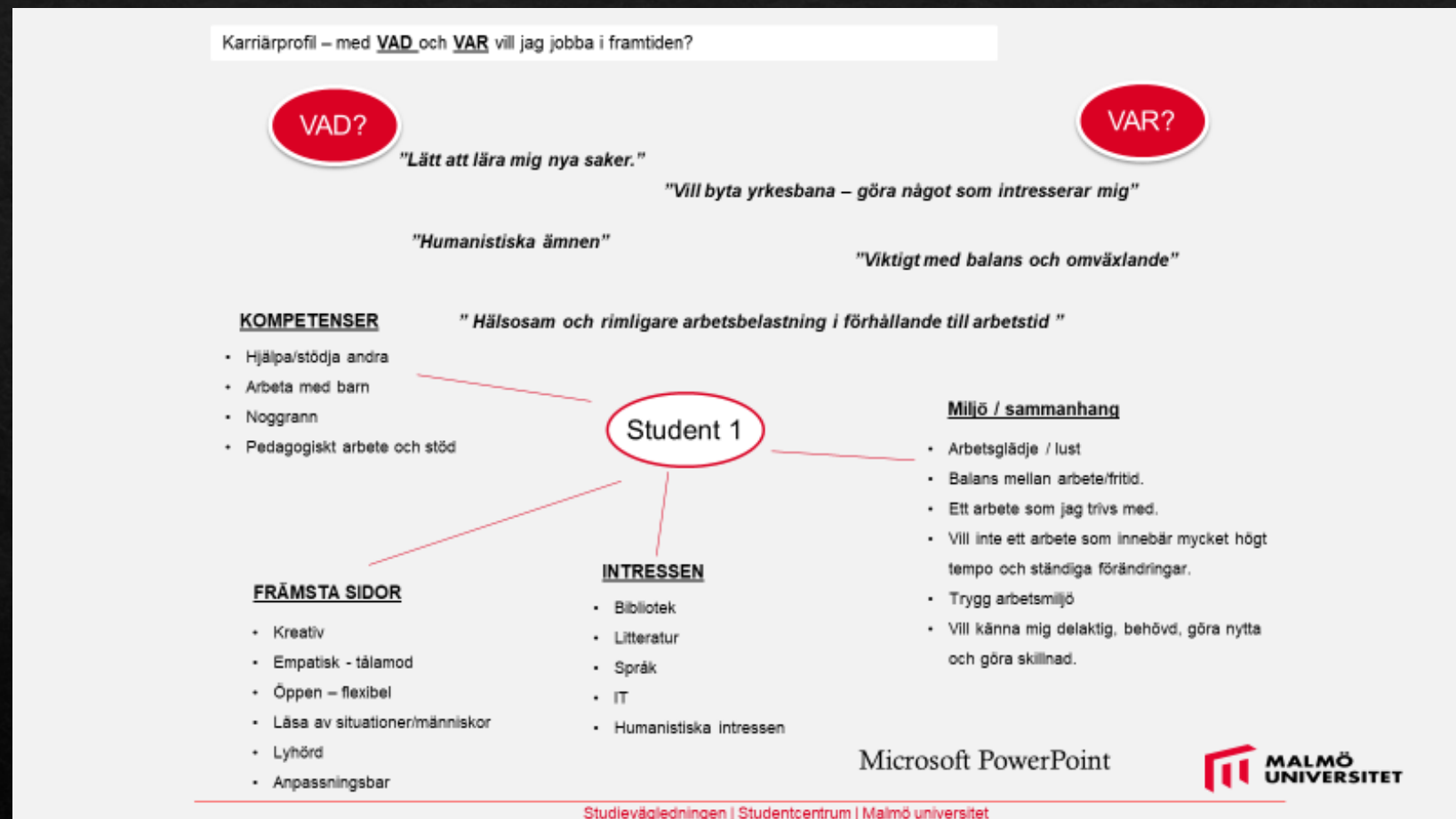
- 1 Connect to www.wooclap.com/LTH17JUNI
- 2 You can participate

Vilka digitala verktyg använder du idag?

Utgångspunkt

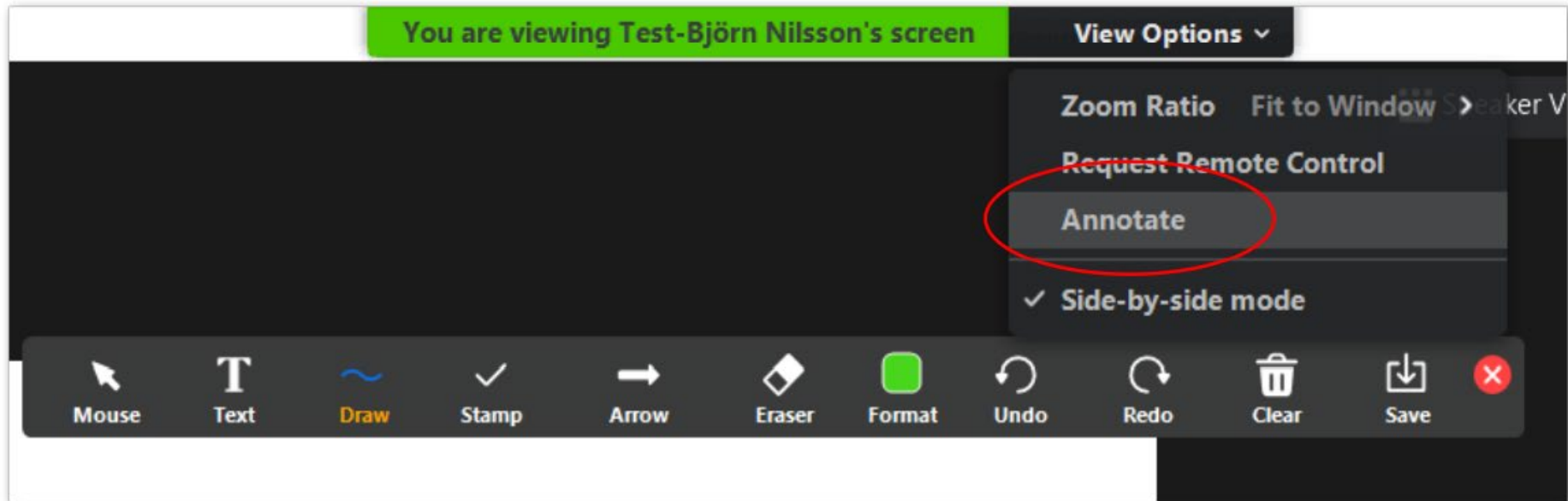
- ◇ Processvägledning
- ◇ Interaktion (sortera kort)
- ◇ Visuella verktyg (Whiteboard)
- ◇ Modeller
- ◇ Teorier
- ◇ Förhållningssätt

Hur gör jag det digitalt?

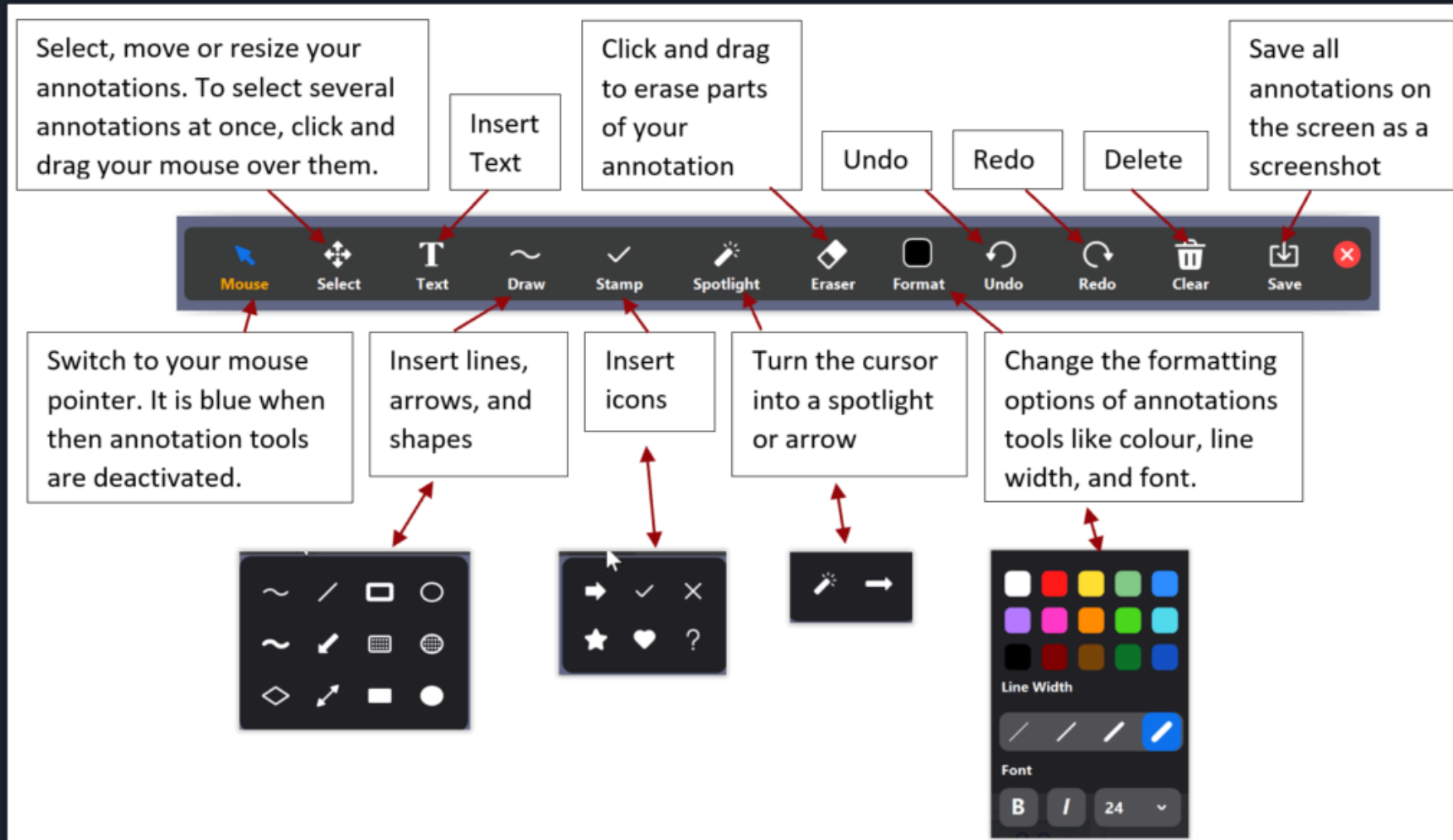


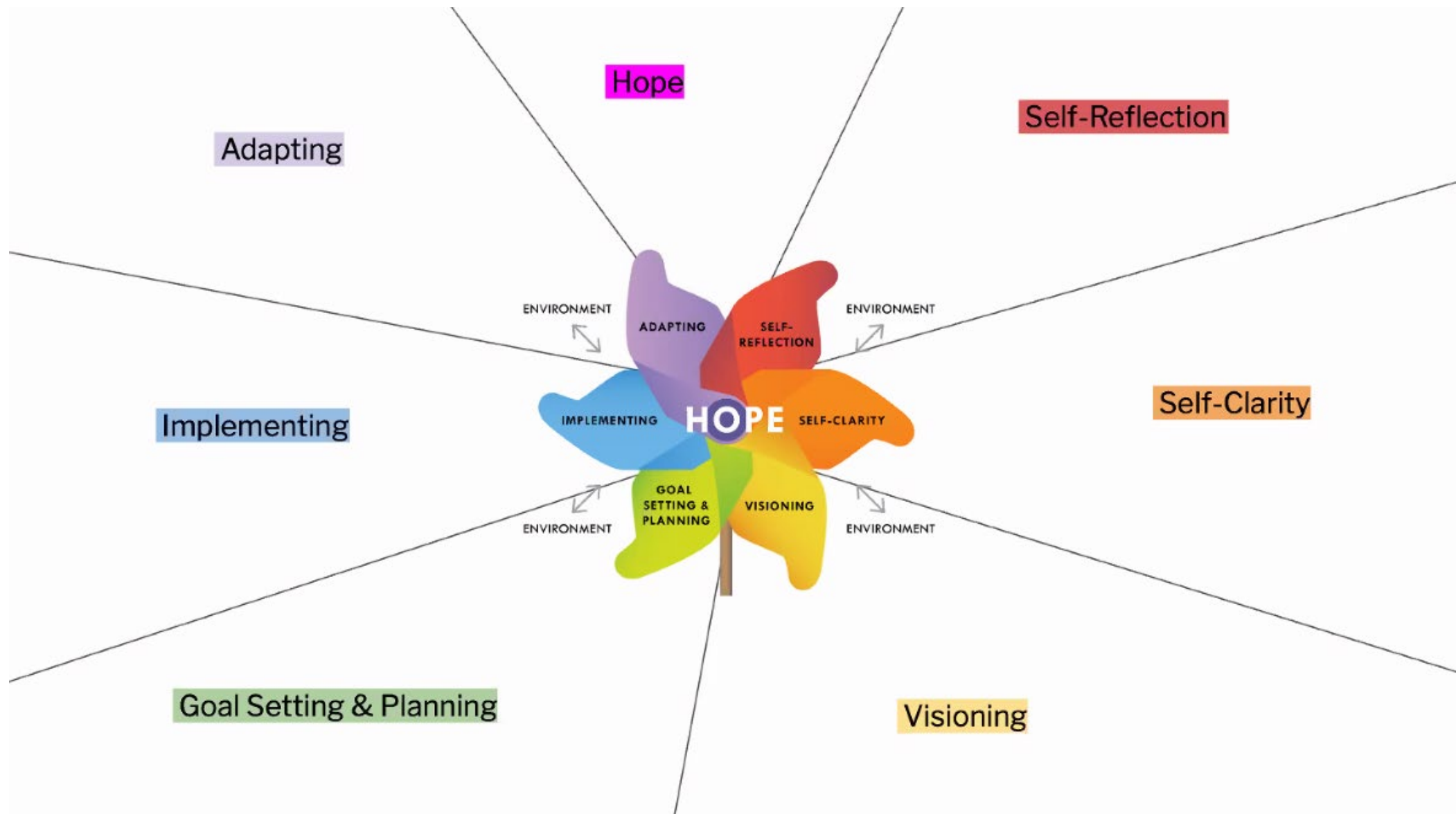
Zoom - annotate:

Click on options and then annotate



Annotate - menu





JAG VET PRECIS HUR JAG SKA GÅ TILLVÄGA FÖR ATT FÅ ARBETA MED DET JAG VILL.

Jo, jag vet precis vilken utbildning jag ska gå

Jag tror att jag vet vilken utbildning jag ska gå

Jag har inte en aning om vilken utbildning jag ska gå

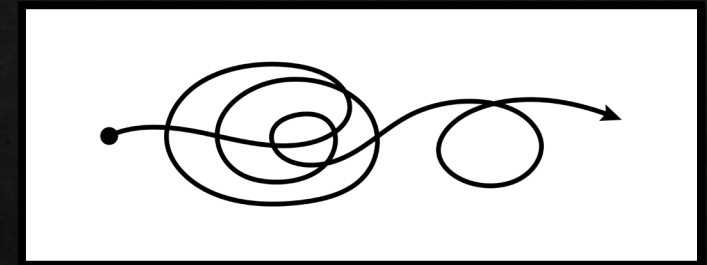
Annat svar..

”Jag blir 32 om ett år och har ingen aning om vad jag ska göra med mitt liv. Jag har inga särskilda intressen och vet inte riktigt *vad jag är bra på*.

Jag har ingen ordentlig utbildning och har jobbat som personlig assistent de senaste 5 åren. Jag har också haft deltidsarbete på en livsmedelsaffär. Jag blev nyligen uppsagd pga. arbetsbrist där. Det var synd för jag behöver ju pengar men känner samtidigt att det var inget för mig att fortsätta med.

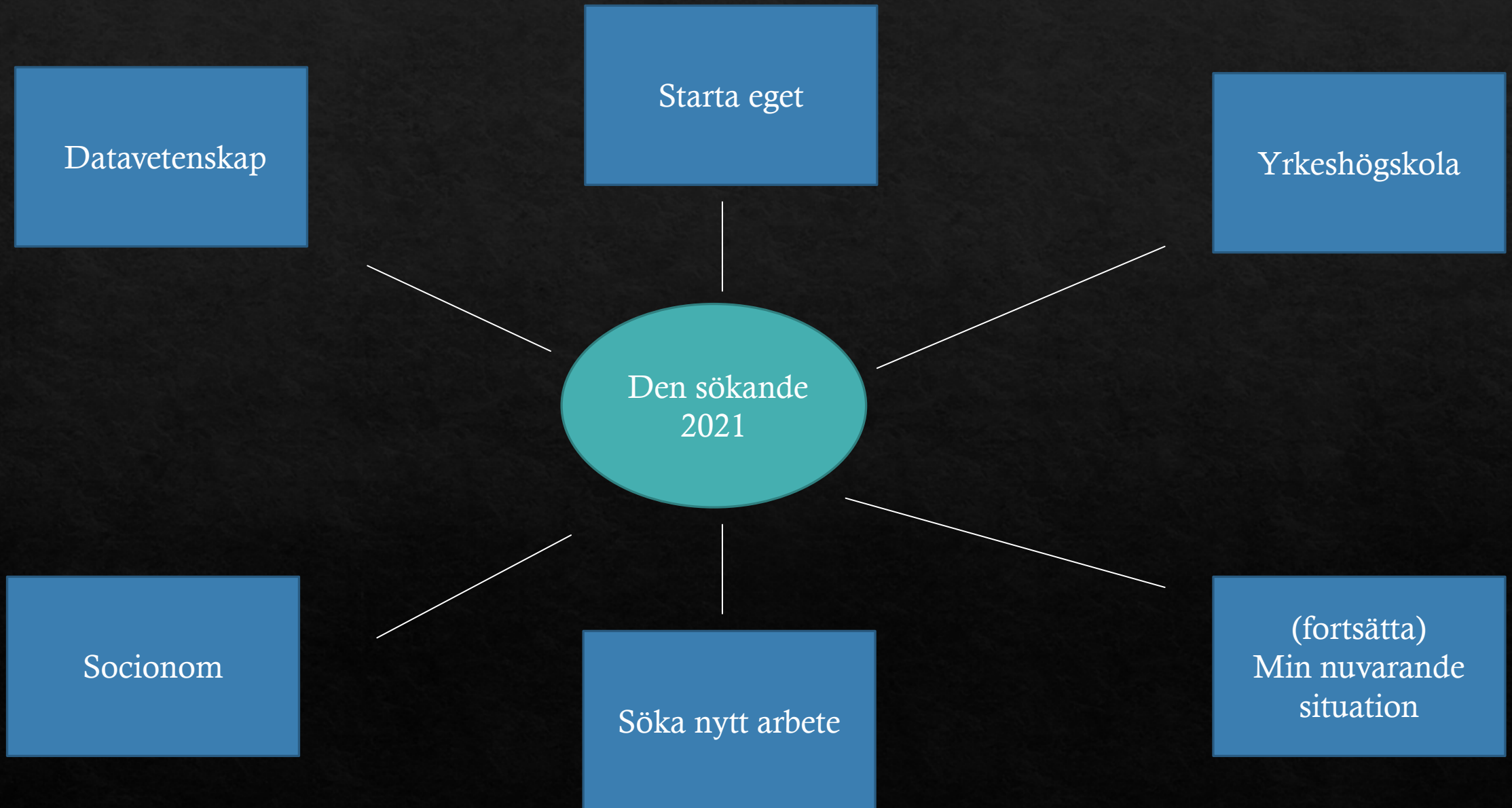
Känner mig stressad. *Vad ska jag göra?* Att hoppa på en utbildning vilken som helst går ju inte. Jag avskyr att vara i den här sitsen, tiden bara flyger iväg och jag känner att jag inte har några ambitioner. Eller snarare, jag vet inte på vad jag ska lägga mina "dolda" ambitioner. *Vad passar jag till?”*.

Vad tycker du att jag ska göra?





Olika alternativ





Förändring
Att fatta beslut
Oro



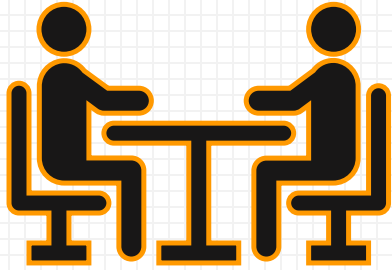
E-vägledning - eller inte?

Från traditionell vägledning till E-vägledning.

- Vad behöver min målgrupp?
- Vad behöver jag som vägledare?
- Är det vägledning eller information?

(Inspelat material Mia Lindberg, maj 2020)

Samtalsmetod



Professionell samtal

Coachningssamtal
Motiverande samtal
Lösningssamtal
Väglingsamtal (Karriär / Studier)

Allians

- Förväntningar
- Samarbete
- Kontrakt
- Lyssna-tänka-tala



Ramar

- Syfte
- Tidsramar
- Klargörande / Tydliggöra
- Information vs vägledning



Struktur

- UPPTÄCKA-FÖRSTÅ-GÖRA
- UTFORSKA-TILLFÖRA-UTFORSKA
- Vägledningsaktiviteter



Handlingsplan

- Uppföljningsamtal
- Aktiviteter efter samtalet.
- Vad är nästa steg?



The helping model – en överblick



The Helping Dialogue
Communication skills

- Tuning in
- Active listening
- Responding to empathic highlights
- Checking understanding
- Probing
- Summarizing
- Challenging

Gerard Egan

UTU (Informationsutbyte)

Utforska vad individen redan vet:
Vad känner du till om...? Lyssna och sammanfatta

Tillför information: *Kort (45-60 sek), sakligt, anpassat till*

Utforska: *Vad tänker du om det? Vad innebär detta för dig? Lyssna och sammanfatta*

I've learned that people will forget what you said,
people will forget what you did, but people will
never forget how you made them feel.

MAYA ANGELOU

PAUS – 10 min

VÄLKOMMEN TILLBAKA OM:



MINUTER

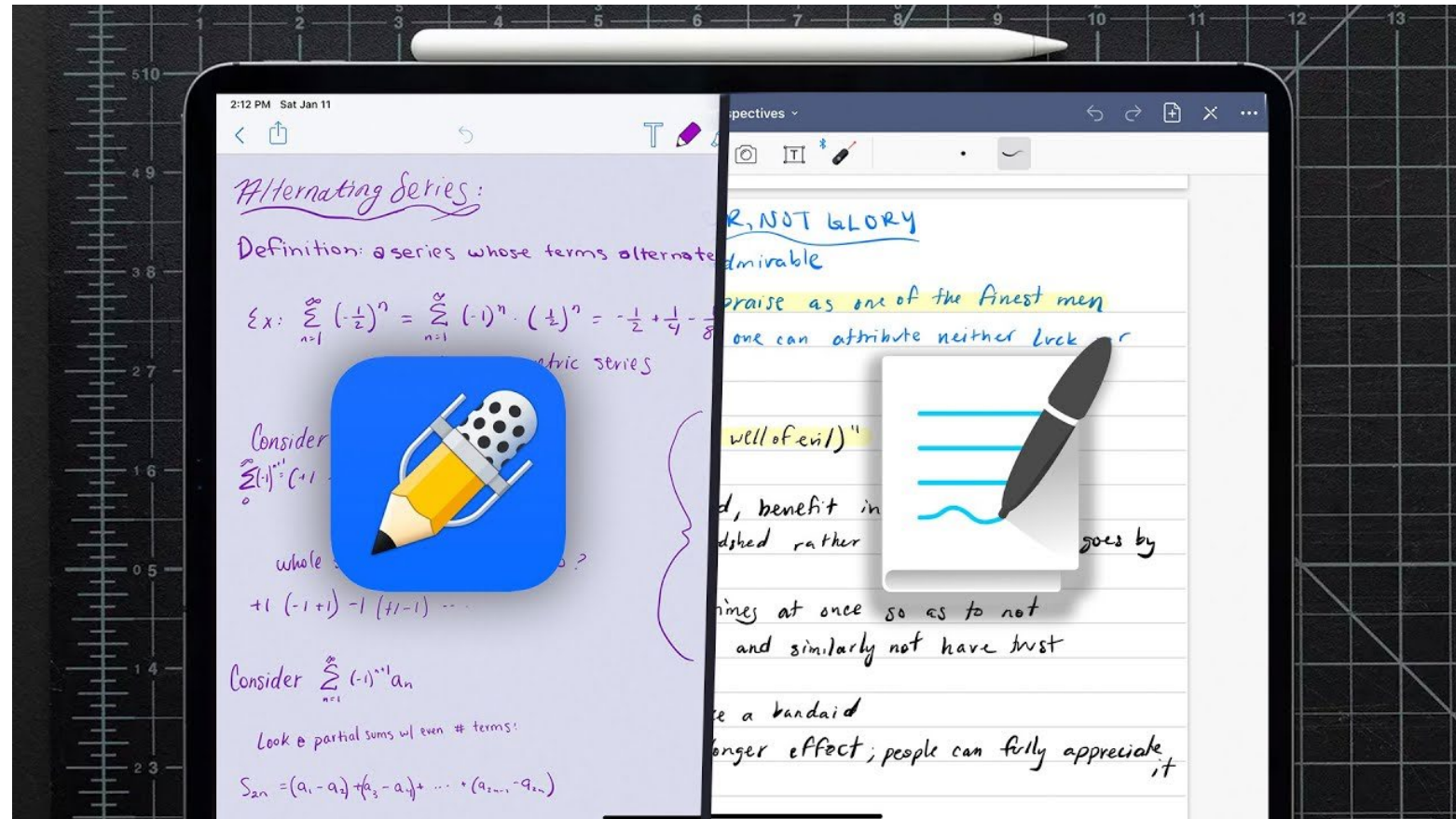
SEKUNDER

Ritplatta (II)

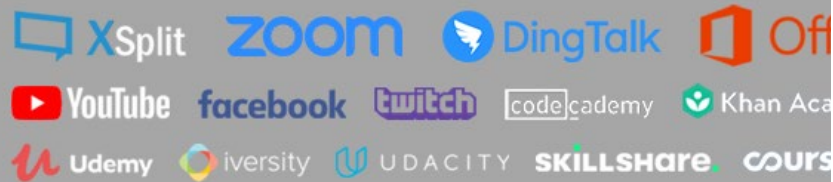
- Ipad + Apple pencil

Program:

- Notability
- GoodNotes



DISTANCE EDUCATION AND WEB CONFERENCING



Ritplatta (I) Wacom Intuos S

[Klicka här för att läsa mer](#)

Breakout rooms

45 min

(I) Börja med att prata med varandra...om olika program (10 min).

(II) Bestäm och välj ett- två program som ni vill pröva...

(III) Dela skräm och prova tillsammans...

(IV) Följ instruktionerna här: <https://padlet.com/joakimcao/digicao>

En pedagog i det dolda - Ett lärandeperspektiv

Från:
Hur ska jag informera om detta?

Till:
Hur kan jag stödja vägledningssökandes
lärande om detta?

Utmanade funktion (Normkritik | Social
Justice)

”Jag kände att den professionella såg mig”.

”Från att inte se några möjligheter till att
upptäcka att de finns.....”



- Lärande i professionellt samtalsstöd: villkor för vuxna arbetssökandes karriärprocesser (Langström, 2017)
- Att skapa framtid. En analys av interaktionen i studie- och yrkesvägledande samtal med unga i migration (Sundelin, 2015)



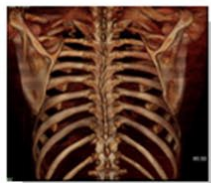
Med VAD och VAR vill du jobba?

- För helförvirrade, men också för bombsäkra...

Att väcka nyfikenhet på förändring

1

INBLICK



Identifiera

Nuläge
Kompetenser
Värderingar
Intresse



Personlighet
(MBTI)

2

KARRIÄRPROFIL



Ideala karriärprofil

1. Skapa bilden –
ingredienser/innehåll
i arbete och karriär.
Hur vill du att
det ska se ut?



2. Vad pekar bilden på?

Vad kan jobbet heta?

Var kan det finnas?



3. Underlag för
självpresentation!

3

UTBLICK



Informera dig!

Hur ser det
ut där ute?



Ta reda
på innehåll
och krav

4

ANALYS



Beslut och strategi

Utblick kontra
inblick: är det
detta du vill
(sätt prislapp)?



Glapp och
mervärde



Sortera alternativ,
välj väg och
formulera strategi,
mål samt delmål

5

GENOMFÖRANDE



Ta dig dit!

Fullfölj planen!



Använd stöd
för att skapa
motivation
och aktivitet



Utvärdera del-
mål under
resans gång

6

MÅL



Framme!

I vägledningssituationen

Utanför vägledningssituationen



Strategi för karriärplanering



VAD?

VAR?

KOMPETENSER

ARBETE / UTBILDNING

MILJÖ / SAMMANHANG

XXX

INTRESSEN

FRÄMSTA SIDOR

VAD?

"Lätt att lära mig nya saker."

VAR?

"Vill byta yrkesbana – göra något som intresserar mig"

"Humanistiska ämnen"

"Viktigt med balans och omväxlande"

KOMPETENSER

- Hjälpa/stödja andra
- Arbeta med barn
- Noggrann
- Pedagogiskt arbete och stöd

"Hälsosam och rimligare arbetsbelastning i förhållande till arbetstid "

Student 1

Miljö / sammanhang

- Arbetsglädje / lust
- Balans mellan arbete/fritid.
- Ett arbete som jag trivs med.
- Vill inte ett arbete som innebär mycket högt tempo och ständiga förändringar.
- Trygg arbetsmiljö
- Vill känna mig delaktig, behövd, göra nytta och göra skillnad.

FRÄMSTA SIDOR

- Kreativ
- Empatisk - tålamod
- Öppen – flexibel
- Läsa av situationer/människor
- Lyhörd
- Anpassningsbar

INTRESSEN

- Bibliotek
- Litteratur
- Språk
- IT
- Humanistiska intressen

Microsoft PowerPoint

Skapa allians och relation

Först personen - sen "problemet"

- Var befinner jag mig i livet? Hur har jag tagit mig hit?
- Vad är viktigt för mig i framtiden?
- Vad har jag med mig i mitt bagage av erfarenheter och kunskaper?
- Vad vill jag förändra? Vad är jag nöjd med?
- Mirakelfråga: "Om allt vore möjligt" – hur skulle jag då vilja leva mitt liv?

Blicka inåt

VAD

- Definiera dina färdigheter/skickligheter/kompetenser
- Eller fråga någon annan vad du är bra på...
- Fundera eller berätta om något du gjort som du varit nöjd med – leta själv eller be andra leta efter kompetenser i berättelsen.
- Identifiera dina intressen / favoritintressen
- Definiera var du vill använda dina kompetenser = FAVORITMILJÖER
- Hjälpa den sökande att bryta ner ...

Blicka utåt

VAR

- Vad vill jag göra?
- Vilka kompetenser trivs jag med att använda?
- Var vill jag verka – i vilken bransch eller organisation?
- Vad är viktigt i mitt yrkesliv?
- Vad kan yrket heta?
- Vilka kompetenser vill du använda dig av i yrkeslivet?
- Vilken typ av bransch och organisation?

Intressen – Kompetenser - Värderingar = Bryt ner ytterligare

VAD och VAR metoden

VAD vill du göra?

Kompetenser

Främsta sidor / Egenskaper

Kontext / Sammanhang (arbetsområde)

Detta är jag bra på och detta tycker jag om att göra – i yrkeslivet.

VAR vill du göra det?

Intressen (!)

Värderingar

Miljö

◆ Detta tycker jag om att göra, får energi av – kan kopplas till yrkesliv.

Övningar

- **Kompetenser;** i form av utbildning, erfarenhet eller från vardagslivet. Det du kan, vet, har gjort. Bekvämt med och göra.
- **Intressen;** Tycker om, gillar, kan tänka sig att studera eller arbeta med, får energi, motivation. Styrkor och svagheter – det du gillar och inte gillar!
- **Värdering;** det som är viktigt för dig, prioritera, behöver för att fungerar eller få motivation, driver, uppskattar, önskar.
- **Arbetsförhållanden;** Arbetsmiljö, människor och beteenden jag trivs / inte trivs med. Under vilka omständigheter gör du ditt bästa arbete och är som mest effektiv? När blomstrar du som mest?
- **PIE-metoden;** Genom att förstå marknadens behov, förstår du också var och hur dina resurser bäst kan utnyttjas.

Material

VAD?

Observera
Ge service
Hantera känslor
Administrera
Ansvara
Analysera
Motivera
Agera värd
Behandla
Ta beslut
Lösa
konflikter



Yrke
Område
Arbetsuppgifter
Organisation
Sammanhang
Entreprenörskap



VAR?

Träna
Kost o näring
Relationer
Biologi
Laga mat
Träffa människor
Kolla på film
Datorer
Psykologi
Resa
Spela i band
Starta eget



WEB

- 1 Connect to www.wooclap.com/LTH17JUNI
- 2 You can participate

Ord som fångar din upplevelse av detta möte...

Take the best, leave the rest
Don't get stuck in complexity
Think simple and clearly



Tack för att du lyssnade!
Frågor och kontakt:
Joakim.cao@mau.se alt **[LinkedIn](#)**
www.digicao.nu

BONUS MATERIAL

FAIL FAST, FAIL OFTEN

How Losing
Can Help
You **WIN**

Ryan Robinson, Ph.D.
and John Krumboltz, Ph.D.



Ryan Robinson, Ph.D.
and John Krumboltz, Ph.D.

EXPERT
ADVICE TO
SUPERCHARGE
YOUR CAREER

**GRADUATE
CAREER
HANDBOOK** **MAXIMISE YOUR
EMPLOYABILITY
AND GET A
GRADUATE JOB**

TRISTRAM HOOLEY & KORIN GRANT

LUCK *Is No* ACCIDENT

Self-Help Seal of Merit
 Association for Behavioral
 and Cognitive Therapies



Gray Poehnell
Norman E. Amundson

WHAT COLOR IS YOUR PARACHUTE?

**A PRACTICAL MANUAL FOR
JOB-HUNTERS AND CAREER-CHANGERS**

TORILD
CARLSSON

LÄROBOK I KARRIÄRKUNSKAP
KARRIÄRHÅLSA OCH POLICY

BONIFAZI, L. AND L. L. KENNEDY

LEIF ANDERGAARD

ROBERT PRYOR
AND JIM BRIGHT

Contributed by:

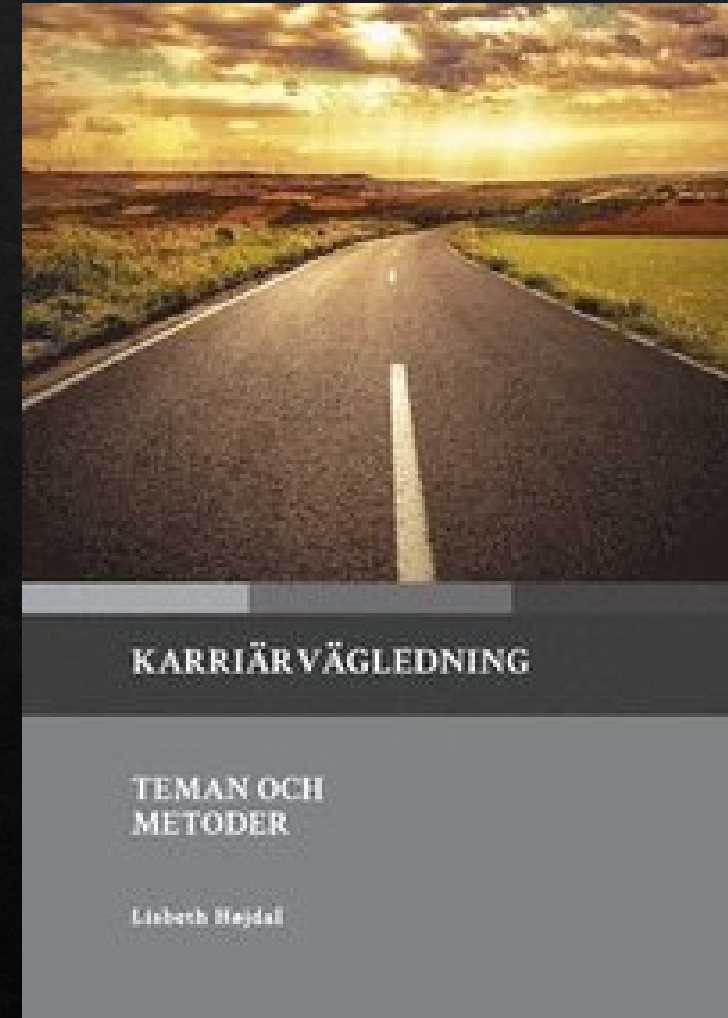
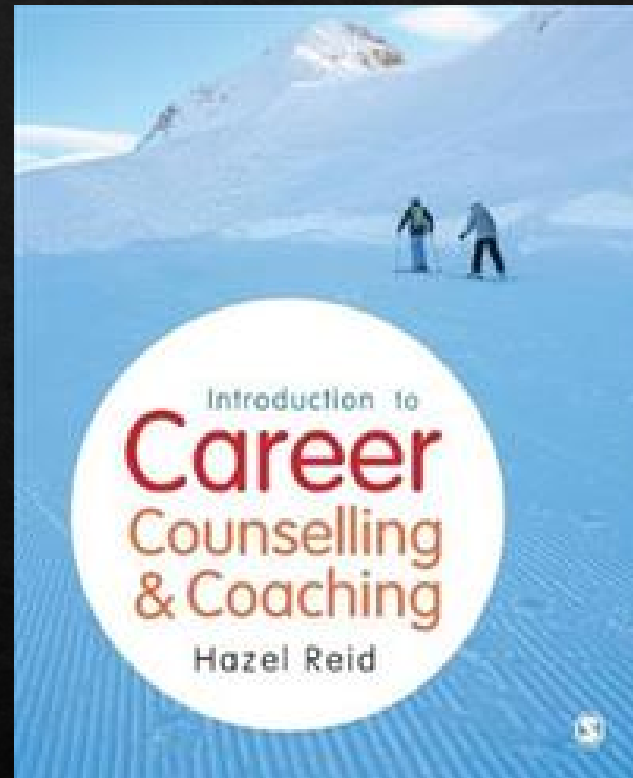
Downloaded from <http://ajphaphysoc.org/>



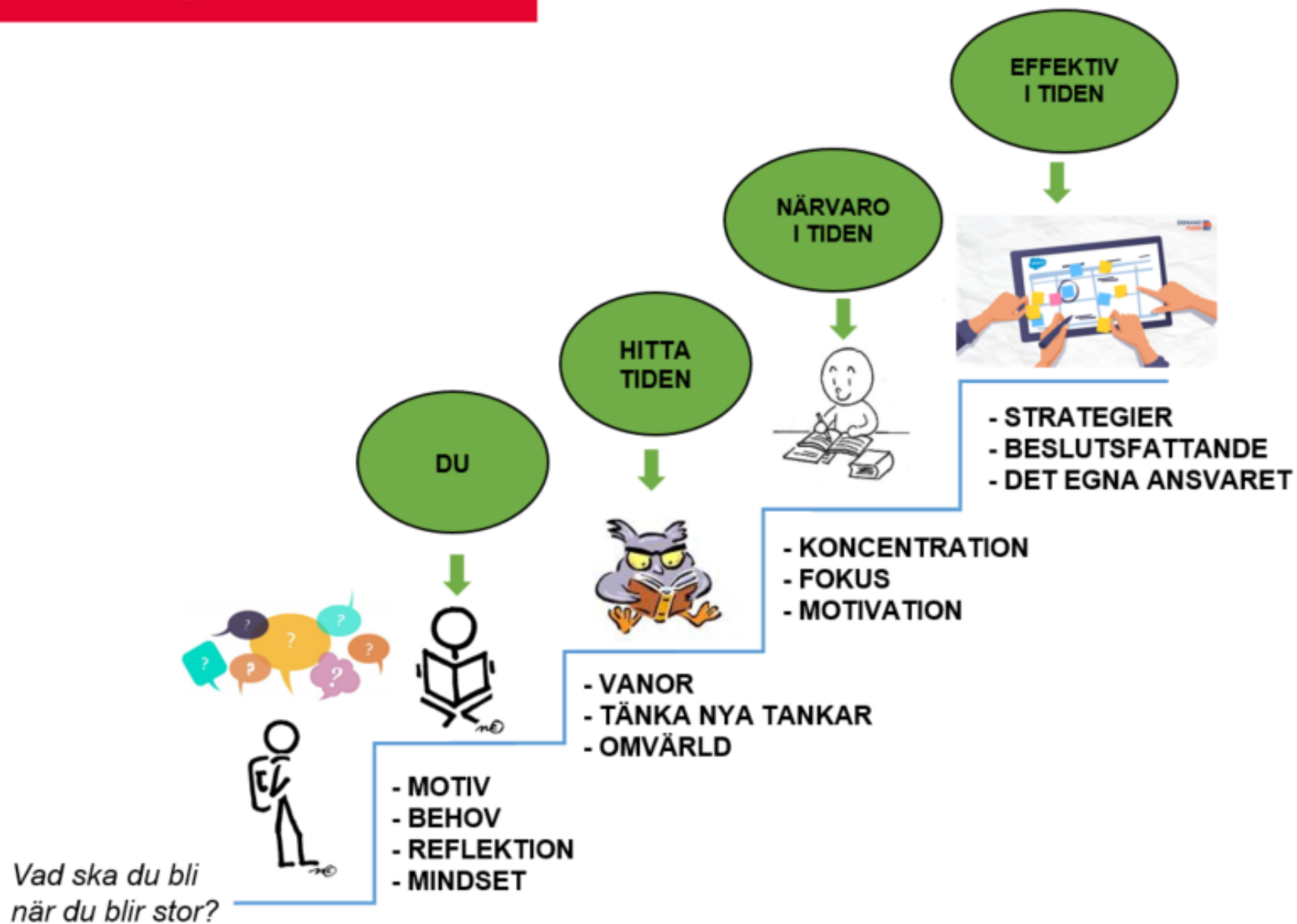
Tala om arbetslivet

ett genusmedvetet och
normkritiskt material för hela
skolan

Frida Wikstrand & Mia Lindberg (2016)



Dina steg mot framtiden



Vad

Var

Hitta tiden

Närvaro i
tiden

Hantera
oro/rädslor

Nästa
steg?

Du

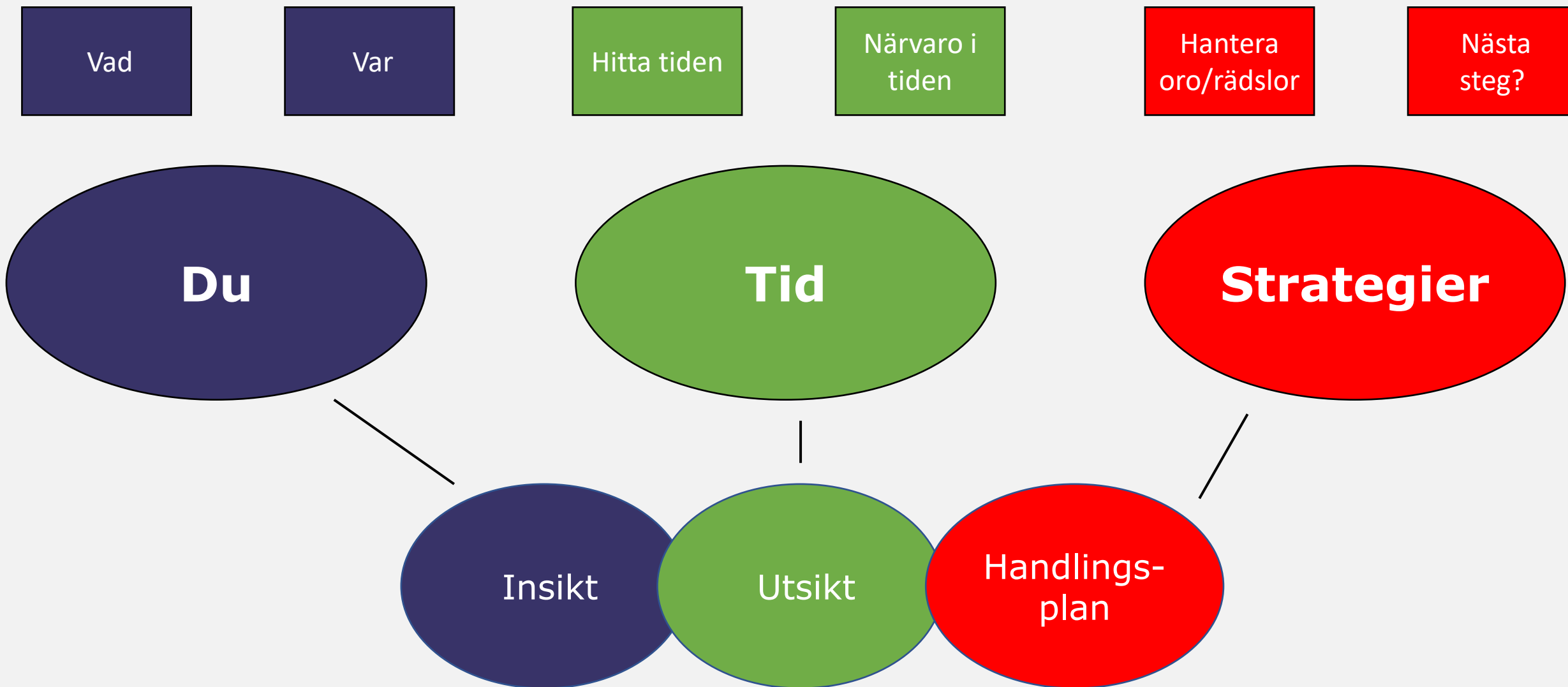
Tid

Strategier

Insikt

Utsikt

Handlings-
plan



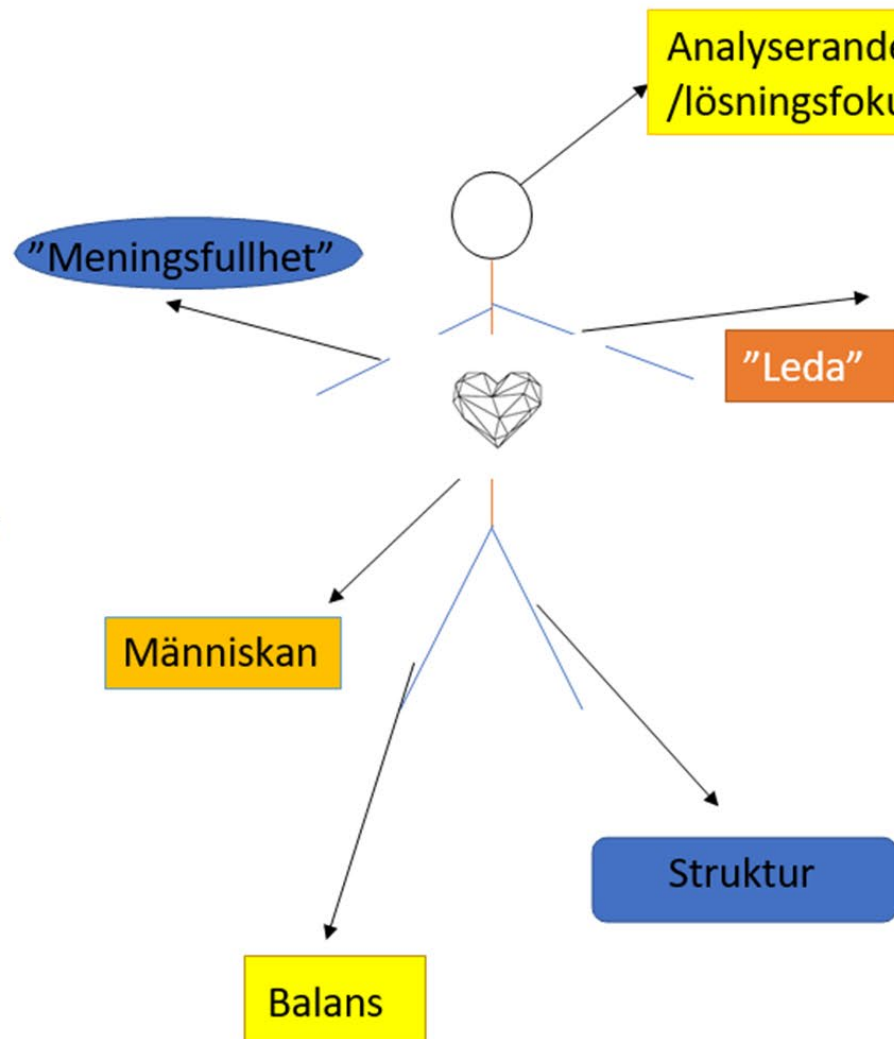
Arbetsområde/yrken

Socialt arbete/behandling och vård

- Socionom <https://mau.se/sok-utbildning/program/sgsoc/>
- Socialpedagog med särskild kompetens inom KBT <https://sverigehalsan.se/utbildning/socialpedagog-med-sarskild-kompetens-inom-kbt/>
- Behandlingspedagog <https://www.eslovsfhsk.se/utbildning/ar/behandlingspedagog/>
- Arbetsterapeut <https://www.lu.se/lubas/i-uoh-lu-VGARB>
- Polis <https://mau.se/sok-utbildning/program/polis/>

Pedagogik

- Lärare förutsättningar? Adm?
- Studie- och yrkesvägledare <https://mau.se/sok-utbildning/program/lgsyl/>



Människor? På vilket sätt? Individuellt eller som grupp? Strukturell nivå?? Andra yrken....

Utredare, Handläggare, Familjerättssekreterare, Kvalitetsutvecklare, Utredningssekreterare (SIS), Utredare med inriktning verksamhetsuppföljning, Regelutvecklare/Utredare Transportstyrelsen, Utredare (Kriminalvården, Beredningsenheten), Handläggare (Universitets- och högskolerådet), Arbetskonsulent (Hadar)

Kreativ person med lösningsfokuserat strategiskt arbetssätt för att lösa komplexa frågor....



"Balans – kunna
varva ner"

Analyserande...



NYCKELKOMPETENSER

Analysera – se behov och vad som behöver göras. Förstå hur det hänger ihop. Övergripande.
Förstå – förstå hur saker hänger ihop. Hitta lösningar. Läs av.

Föreslå – vara den som föreslår olika förändringar och styr upp det

Verbalisera – argumentera, verbal

Ta initiativ till – komma med idéer. Vad behövs? Vad är vettigt?

Utveckla idéer – se ovan, men även revidera omarbete olika saker. Kreativ

Genusvetenskap

"Politisk
engagerad"

Förändring...hantera
problem/utmaningar...på en
strukturell nivå...

Sociologi

A

Främsta sidor, enligt andra
Omtänksam/empatisk
Bra lyssnare
Idérik
Nyfiken
Humoristisk
Kompetent
Lösningfokuserad
Bra talare

Arbetsområde

- Socialt arbete/Social service
- Arbetsrehabilitering
- Arbetsmiljöfrågor/ergonomi
- Rådgivning/coachning
- Skriva/författa
- Kommunikation
- Politik
- Organisation

Värderingar

Balans i livet – privat- och arbetsliv

Trygghet – stå för det jag gör

Rättvisa – olika förutsättningar
kräver olika insatser

Tillhörighet – en grupp som ger
energi (värderingar och
människosyn)

Meningsfullhet – möjlighet till att
påverka

Påverka andra –
individ/verksamhet mer rättvisa

Samhällsinsats – påverka positivt i
mitt arbete