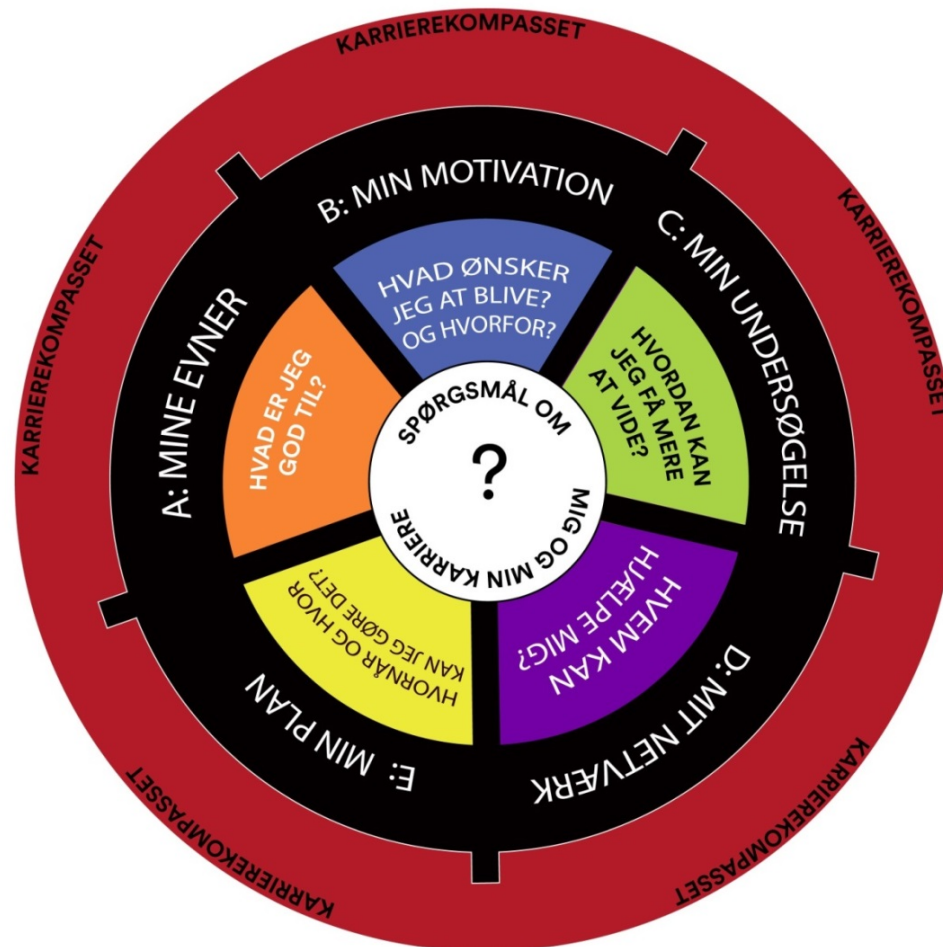


Karriere-kompasset er et EU-Socialfondsprojekt udviklet i Holland. Projektet er i public domain, og dette diagram til print af måtten eller blot som a4 kan findes på [www.uuvf.dk/dokumenter/andet](http://www.uuvf.dk/dokumenter/andet)



# Karrierevalgs-kompetencer/ Career Management Skills (CMS)

Begrebet Karrierevalgs-kompetencer (CMS) indgår i en lang række forskningsundersøgelser Eby, Butts, og Lockwood, 2003; Hackett, Betz, og Doty, 1985; Jones & Bergmann Lichtenstein , 2000).

I disse og andre undersøgelser fremstod det stadig uklart hvordan disse kompetencer kunne erhverves som en integreret og struktureret del af den enkeltes karrierevalgs-proces.

På baggrund af litteraturforskning, kvalitative interviews, og faktoranalyser af data og stikprøver, har de hollandske forskere Kuijpers og Scheerens (2006) efterfølgende lavet

- en flerdimensional beskrivelse og model for karrierevalgs-kompetencer.
- sammen med andre hollandske vejledningseksperter, værktøjet **Karrierekompasset**.

# Karrierevalgs-kompetencer (CMS)

Kuijpers og Scheerens model skelnede mellem fem karrierevalgs-kompetencer:

- A. **Kompetence-refleksion:** selvforståelse af egne kompetencer i forhold til ens karriere;
- B. **Motivations-refleksion:** refleksion over egne ønsker og værdier i forhold til ens karriere;
- C. **Udforskning:** at kunne undersøge og foretage match mellem egen identitet og kompetencer i forhold til værdier og kompetencer i en påtænkt karriere;
- D. **Netværk:** etablering af og brug af kontakter, der er relevante for ens karriere
- E. **Karrierekontrol/plan** :den enkeltes efterfølgende karriere-relaterede beslutning og planlægning og (med-)ejerskab, i forhold til fremtidig uddannelse og beskæftigelse

Der er klare paralleller til **DOTS-konceptet (Decisions/Opportunity Awareness/Transition/Self-awareness)** ,udarbejdet af Tony Watts og Bill Law

DOTS blev senere bearbejdet til danske forhold af Peter Plant, af PP omtolket som **BOMS: Beslutninger/Omstilling/Muligheder/Selvanerkendelse**

# CMS og Karrierekompasset

De fem karrierevalgs-kompetencer indgår på forskellige måder i de to efterfølgende værktøjer, der ud over selve spørgsmålene og metodikken arbejder med **en grafisk præsentation af CMS** :

- Karrierekompas-**dialogen/samtalen** , samtale 1 til 1 (med brug af karrierekompas på et A4-ark)
- Karrierekompas-**gruppeaktiviteten** ( individuel refleksion foran deltagergruppe, med brug af karriere-kompasmåtten og tilhørende spørgsmål)

# Karrierekompas-samtalen (en-til-en) 1

Hvad skal vejlederen gøre i forbindelse med karrierekompas-samtalen?

- Byde velkommen og sørge for at den vejledte føler sig godt tilpas
- Afklare mål for samtalen ( længden, mulighed for en opfølgende samtale , og orientering om evt ekstern rapportering)

## Forberedelse af indholdet af samtalen

Hvad skal vejleder gøre? Spørgsmål, der kan hjælpe vejleder og eleven med det

Refleksion over handlinger i den forløbne periode siden sidst: **(FVK)**:

Fremskridt i karrierens/uddannelsens trin : Hvilke trin er opnået?

- Fremskridt i elevens læringsresultater ?  
(**F** hvad er **foregået/foregår** , hvordan)
- Fremskridt i elevens velvære og tilfredshed : Hvad har gjort en forskel?  
(**V =Vigtigt**)
- Fremskridt i elevens intentioner eller læringsønsker ?  
(**K =konklusionerne**)

# Karrierekompas-dialogen (en-til-en) 2

## Problemformulerings-fase

Afklaring af lærings/karriere-spørgsmål og undersøgelse af karriere

- ”Forklar hvad du er god til”

Kompetencer der skal arbejdes på:

” Hvad finder du vigtigt på dit arbejde / din skole, og hvorfor?”

- **Kvalitets-refleksion** : Tænder du, at du har anlæg for og nemt kan finde arbejde i dette erhverv? Hvorfor / hvorfor ikke?
- **Motiv-refleksion** : På hvilket grundlag har du valgt/påbegyndt denne uddannelse/dette arbejde?
- **udforskning** ; Hvordan kan du få et dækkende billede af det erhverv, du ønsker at udføre?
- **Netværk**: hvem ud over mig her på skolen/stedet kan støtte dig ?
- **Karrierevalget**: Hvordan kommer du videre med din plan ?

# Karrierekompas-dialogen (en-til-en) 3

## Konstruktiv fase

tal om udvalgte elementer fra problemformuleringsfasen

- *Hvordan kan du arbejde med din læring/dine karriere-spørgsmål?*
- Sørg for, at lærings- eller karriere-aktiviteter er specifikke og målbare, således at eleven støttes heri. Hvilke løsninger kan du/eleven tænke på?
- *Hvad betyder det for din udvikling?*
- *Hvilke aktiviteter vil du udføre? Hvornår?*
- *Hvem vil du bede om yderligere hjælp?*

# Karrierekompas-dialogen (en-til-en) 4

## Afsluttende fase

Hvad skal hver af parterne især gøre?

- Resumé af samtalen
- Tanker om forløbet af interviewet
- aftaler om opfølgning
- Konklusion og farvel

(spørgsmål til de fem felter i kompasset findes på de efterfølgende sider)





# Gruppevejledning med brug af spørgsmål og karrierekompass-måtten

- Gruppen samles rundt om karrierekompasset
- Til hver af de fem felter A-E har gruppe-facilitator udarbejdet kort , sedler eller lister med spørgsmål
- Facilitator eller deltager trækker et spørgsmål fra hver af felterne A-E
- Deltager stiller sig i kompassets centrum og går kompasset rundt ved at besvare hvert spørgsmål .
- De øvrige deltagere og gruppe-facilitator kan, afhængigt af tidsrammen, kommentere elevens svar og stille uddybende spørgsmål
- Vejledende tid 5 minutter pr elev, herefter indtræder ny deltager i processen, og nye spørgsmål trækkes

# A:Spørgsmål om evner og kompetencer

- 1 Hvornår/hvordan tænkte du første gang over dine evner i forhold til en bestemt karriere/uddannelse?
- 2 Hvilke ting husker du fra tidligere i dit liv , både i og udenfor uddannelse, i forhold til dine evner og kompetencer (hvor du har fået ros, hvor du er blevet skuffet, hvor du har fået gode resultater?)
- 3 Hvilke kvaliteter og evner hos dig selv er du stolt af, og hvorfor?
- 4 Hvad betyder forskellen mellem kompetence og talent for dig?
- 5 Hvilke personlige kvaliteter vil du gerne udvikle yderligere? Hvordan ?
- 6 Hvilke ting og kvaliteter hos dig har du nogle gange modtaget ros for?
- 7 Hvad har du klaret dig godt med i skolen?
- 8 Hvad har ikke du klaret dig så godt med i skolen?
- 9 Hvad er du god til derhjemme/i en klub/forening/gruppe, eller på arbejdet?
- 10 Hvad er du ikke så god til derhjemme /i en klub/forening/gruppe, eller på arbejdet?

## B) Spørgsmål om dine motiver

1. Hvornår og hvordan har du første gang gjort dig tanker om **dine motiver** til dit karrierevalg?
2. Hvordan fandt du ud af, hvad du nu ønsker at være?
3. Hvad vil du gerne opnå i din karriere, og hvorfor?
4. Har den vejledning og rådgivning du har modtaget , påvirket dine motiver?
5. Hvilke karrieremuligheder har du tvivlet mest på , og hvorfor?
6. Hvad er det vigtigste for dig når du vælger en uddannelse?
7. Hvad er vigtigt for dig i valg af en uddannelse eller en profession?
8. Hvor vigtig er fritid og hobbyer til dig?
9. Hvor vigtige er penge for dig?
10. Foretrækker du at arbejde alene eller sammen med andre?

## **C) Spørgsmål om din hidtidige og fremtidige undersøgelse af dine muligheder**

1. Hvordan har din undersøgelse af muligheder hjulpet dig indtil nu?
2. Hvem har hjulpet dig med at få et realistisk og aktuelt billede af dine muligheder ? Hvordan foregik det ?
3. Set i bakspejlet, har dit eget personlige fremtidsbillede været realistisk?
4. Hvad har din egen undersøgelse betydet for din karriere/dit uddannelsesvalg indtil nu?
5. Hvor og hvordan vil du søge efter information om muligheder på arbejdsmarkedet?
6. Hvor kan du bedst finde den uddannelse og det arbejde, du ønsker dig?
7. Er der mange jobmuligheder i det arbejdsområde, du ønsker at uddanne dig til?
8. Hvor i Danmark kan det arbejde ,som du er interesseret i ,normalt findes?

# D:Spørgsmål om dit netværk

1. **Hvornår og hvordan** har dit netværk (venner, bekendte, familie, andre voksne, lærere, arbejdsgivere) hjulpet dig med dit uddannelsesvalg/din karriere?
2. Hvilke andre personer har hjulpet dig med at danne et realistisk billede af **dine** muligheder?
3. Hvilke kontaktpersoner i dit netværk kan hjælpe dig med oplysninger og kommentarer om dine karrieremuligheder?
4. Hvem fra dit netværk har **indtil** nu været vigtige i forhold til dit uddannelsesvalg, og hvorfor?
5. Hvordan har du indtil nu selv kontaktet personer omkring dig om dit valg af uddannelse/karriere?
7. Hvem kunne hjælpe dig med at finde ud af, hvad **en bestemt profession** indebærer?
8. Hvordan vil dine forældre/søskende/venner bedst kunne hjælpe dig med at vælge en uddannelse /karriere?
9. Hvordan kan en anden som du kender ,bedst hjælpe dig med at dit valg af uddannelse / karriere

# E: Spørgsmål om

## dit karrierevalg og din karrierekontrol

1. Hvornår og hvordan har andres vejledning hjulpet dig med at vælge uddannelse og med at forme din uddannelses- og karrierevej?
2. Ud fra den vejledning du har fået, hvad vil du anbefale andre at gøre?  
Og hvad vil du ikke anbefale andre at gøre?
3. Hvilke særlige hændelser eller vejledningsmetoder har hjulpet dig med at træffe dit valg af uddannelse/karriere ?
4. Hvordan har din vejledning haft indflydelse på din egen karriere/dit eget valg?
5. Hvordan vil du forberede dig til næste skridt på din vej til uddannelse/job?
6. Hvilke skridt kan du tage for at finde ud af, hvad du virkelig ønsker?
7. Hvordan/hvor kan du finde den uddannelse du ønsker, som kan give dig adgang til det arbejde, du ønsker dig senere ?
8. Hvordan kunne et praktikophold hjælpe dig med valg af en uddannelse/et job?
9. Hvilke ting er det vigtigst for dig at undersøge på en åben hus-dag/et virksomhedsbesøg, før du skal vælger uddannelse?
10. Hvilke ting har din vejleder hjulpet dig med , og hvilke ting har din vejleder **ikke** kunnet hjælpe med ?

♪ IT'S ♪  
OVER!

