

# Samtala - Vägledning för framtid och karriär i en kaotisk värld

---

*En förutsättning för att kunna lösa problem är att kunna beskriva dem och sätta ord på det man hittills varit blind för. Att se är en förutsättning för att medvetet kunna agera mot eller för något. Den som ser ökar makten över sig själv och sitt liv (Engquist 2014 s. 17).*

## INLEDNING

Alla yrkesgrupper kommunicerar i sitt dagliga arbete. De allra flesta samtalar. Samtal för att förstå, uppfatta eller bekräfta och i många fall även samtal för att hjälpa en annan med något eller för att få en annan att se sin situation klarare och kanske lösningarna av densamma.

Präster, kriminalvårdare, socionomer, psykologer, poliser, jurister, pedagoger, chefer/ledare, läkare, sjuksköterskor, HR-handläggare, studie- och yrkesvägledare, karriärvägledare och coacher är exempel på yrkesgrupper där samtalet är en stor och avgörande del av själva arbetet. Samtalet ingår dessutom som mer eller mindre viktigt i de allra flesta yrken; kanske mer i säljarens, flygledarens och kundtjänstmedarbetarens än i hantverkarens, väktarens och yrkeschaufförens.

Det utvecklande samtalet, d.v.s. samtalet som syftar till att öka förståelsen för den egna situationen hos personen som samtalar med den professionelle samtalsledaren, är i fokus i den här boken. Detta samtal handlar självfallet även om kommunikation och att hjälpa men det är inte det som är det primära. Det handlar om att få samtalspartnern att se sin situation klarare och tydligare för att därigenom se lösningar och vägen vidare i livet; kort sagt *att se mer än vanligt*.

Jag har haft förmånen att tillbringa en termin som gästlärare vid University of the South Pacific (USP) i Suva, Fiji. När Gunilla, min hustru, och jag gick på stranden under ett veckoslut på Beqa, en ö söder om Viti Levu, Fijis största ö kom frågan: Hur långt ska vi gå? Vi går till nästa udde och bestämmer oss då. Och på den vägen blev det. Vi gick till nästa udde och där fann vi en liten resort som vi gick förbi för att på nytt se en udde framför oss och ställa samma fråga: Hur långt ska vi gå? Samma svar och på denna strand fann vi ingen bebyggelse och en ny udde låg i synfältet. Nu bestämde vi oss för att gå tillbaka. Att gå runt ön, som är stor, hade tagit alltför lång tid och hade komplicerats av tidvattnet som här varierar cirka en och en halv meter. Att gå i mangrove eller i döda koraller är inget bra alternativ när man kan välja sand och tjugoåttagrådigt kristallklart vatten. Valet var enkelt.

Att se mer än vanligt kan vara just detta; att se vad som finns bakom nästa udde. Det kan också vara att se vad som finns på den strand, i den vik där du just nu befinner dig eller vad som finns några steg ut i vattnet och vad som finns på land några steg från sanden.

I vattnet fanns koraller, levande och döda, och fiskar av en artrikedom och omfattning som jag inte trodde var möjlig. Ju mer jag tittade ju mer såg jag. Jag såg lite när jag tittade ovanför ytan nedåt. Jag såg betydligt mycket mer när jag snorklade och jag hade med garanterad säkerhet sett mycket mer om jag hade varit utrustad med dykarutrustning och

dykkompetens. Men, jag var nöjd med vad jag såg; jag var överväldigad. När jag tog några steg på andra sidan stranden, mot vegetationen, såg jag regnskog. Att gå in i regnskogen var omöjligt för mig på grund av att jag enbart hade badbyxor, T-tröja och keps på mig. Jag saknade såväl skyddande kläder som machete och myggmedel. Jag såg många olika arter av träd och buskar. Jag såg också en liten bäck som ringlade sig ut i havet. Det hade varit möjligt att gå längs bäcken inåt land. Vid bäckkanten hade kokosnötter slagit rot. Nya palmer föddes ur de gamla. På sandstranden fanns snäckor, koraller, nedfallna och ilandflutna växtdelar. En del av de senare såg ut som stora frön eller frökapslar med uppgift att sprida arten från ö till ö.

På vår strandvandring eller på vår resa genom livet uppfattar vi en massa intryck i form av miljöer, möten och känslor. Vi navigerar bland dessa och skapar vårt eget liv. I detta skapande är det min uppfattning att vi gör flera mer eller mindre medvetna val. Jag vill påpeka att jag inte är av den uppfattningen att vår resa i livet är bestämd i förväg av någon annan eller något annat. Jag anser att det är jag själv som har ansvaret för mitt eget liv; ett liv som hela tiden påverkas av vad som händer i omgivningen. Att sedan förutsättningarna för varje individ är olika och varierande är en annan sak.

Det är just vår färd i och genom livet som intresserar mig. Det intresserar mig privat och det intresserar mig professionellt. Jag är ju min egen referensperson men det är i rollen som professionell denna bok tar sin utgångspunkt. Min ambition har en tid varit att skriva en bok för samtalsledare med den klara inriktningen att dessa ska utvecklas och bli skickligare i sin egen profession.

*En lärjunge kan nämligen aldrig härma sin vägledare. För var och en har sitt eget sätt att se på livet, att leva med sina svårigheter och erövringar. Att undervisa är att visa att något är möjligt. Att lära är att göra något möjligt för sig själv. (Coelho 2006 s. 177)*

När människor får stöd i att själva kunna se mer än vanligt har de ofta tillgång till de egna lösningarna på sin egen situation. Dessa lösningar blir nästan alltid bättre och mer hållbara än lösningar som kommer från någon annan. Att, genom stöd, ge människor kraft och möjlighet att själva kunna se sin egen situation klarare och därifrån se lösningar på det som i situationen inte är tillfredsställande är vad denna bok handlar om.

Och vad är det då som ska vara avgörande för att boken ska uppskattas? Vad är min idé? Jo, det är att förklara sambanden mellan teorier, metoder och aktiviteter inom samtals- och specifikt vägledningsområdet. När jag skriver både samtalsområdet och vägledningsområdet är det min ambition att läsaren, även om denne inte är studerande på vägledarutbildning (Studie- och yrkesvägledarprogrammet) eller arbetar som studie- och yrkesvägledare (eller motsvarande benämning), ska finna boken läsvärd och intressant. Jag syftar då främst på personer som arbetar inom en annan profession där samtalet och förändringsarbetet står främst.

## MINA TANKAR OM BOKEN

Boken du läser nu är en utvecklingsbok för professionella som har samtalet som sitt viktigaste arbetsverktyg. Boken är en grundläggande bok i professionsutbildningar där samtalet är ett viktigt arbetsredskap.

Genom att skriva denna bok är det min förhoppning och ambition att bidra till att koppla samman teori, metod och professionsutveckling.

Boken är skriven på svenska. Detta är viktigt då det bidrar till förståelsen av budskapet. Boken är inte akademisk i den bemärkelsen att den innehåller en total redovisning av forskningsläget, tillgänglig litteratur och en uppbyggnad enligt akademins bestämmelser och principer. Boken är mitt bidrag till vägledare under utbildning och verksamma professionella samtalsledare som vill utveckla sin samtalskicklighet i sin praktik och yrkesutövning. Boken är intellektuellt rörlig och uppmanar till självreflektion.

### **För att lyckas som samtalsledare behöver fyra grundförutsättningar vara på plats:**

- en tydlig samtalsrelation
- god självkänedom hos samtalsledaren
- goda kommunikationsfärdigheter (förmågor)
- aktuella yrkeskunskaper

För vägledaren krävs, förutom relation, självkänedom, kommunikation och yrkeskunskap, att goda vägledningsfärdigheter måste vara i aktion i mötet med en vägledningssökande. Det är dessa specifika vägledningsfärdigheter som är det särskiljande med studie- och yrkesvägledning i förhållande till andra professioner som har samtalet som främsta arbetsredskap.

Idén till att skriva en bok om vägledning fick jag i ett samtal med den amerikanske novellisten Robin Hemley i samband med en workshop om kreativt skrivande på USP. Han gav mig inspiration och fick mig att våga satsa på ett skrivprojekt. Boken baserar sig på all den litteratur jag läst inom och angränsande till området. Jag har även utvärderat mitt eget arbete som utbildare av studie- och yrkesvägledare. Jag har dessutom studerat mina arbetsmetoder och det material jag använder och jag har framförallt funderat mycket på mina egna idéer och tankar. Jag har reflekterat. Min vistelse i Fiji har gett mig ovärderliga insikter både om mig själv och min profession.

Jag har kommit en bit på vägen mot ”min sanning”. Om jag skulle vänta tills jag har den kompletta, vetenskapligt stringenta och logiska grunden för att skriva en bok om vägledning så skulle jag få vänta förgäves. Jag har valt en annan väg.

Jag skriver om vad jag vet just när jag skriver det. Det är alltså min subjektiva uppfattning och det är också mitt subjektiva urval eftersom jag inser att jag inte kan ha med allt.

Boken innehåller referenser på utvalda ställen. Jag har velat bespara läsaren alla hänvisningar just därför att boken inte är skriven efter akademins riktlinjer. Boken är rätt och slätt min egen uppfattning av vad vägledning är eller borde vara och hur vägledning lämpligen utförs. Boken är skriven på mitt eget bästa sätt.

Jag anser att det behövs en bok som intresserar, inspirerar och fyller en kunskapslucka hos många av dem som arbetar med att underlätta för andra människor att få en plats på arbetsmarknaden och/eller få ett bättre liv. Boken är tänkt att ge idéer, metoder och redskap

och därigenom hjälpa dem att bli och framstå (och även få dem själva att framställa sig) som kompetenta professionella som baserar sin verksamhet på vetenskaplig grund och på etablerad praxis. Jag vill kort sagt bidra till dem som är eller kommer att bli aktiva inom professionen. Boken skulle självklart kunnat innehålla fler metoder och beskrivningar av olika samtals- och vägledningsfärdigheter. Avgränsningar är oftast nödvändiga, men i den kaotiska värld vi lever i vet ingen vad som finns i framtiden.

Bokens målgrupp är primärt vägledare under utbildning och i verksamhet samt de som arbetar med vägledning hos t.ex. Arbetsförmedlingen, i omställnings- och coachingverksamheter etcetera. Gruppen människor som arbetar med människors karriärutveckling ökar i takt med det i allt snabbare takt förändrade arbetslivet. Även här tänker jag att boken kan ge idéer och insikter.

## SÅ HÄR ÄR BOKEN DISPONERAD

### **Bokens struktur = Etappmodellen**

Bokens kapitelindelning följer de tio etapper som ingår i min samtalsmodell som jag kallar Etappmodellen. Jag väljer att kalla min metod Etappmodellen därför att jag vill poängtera att vägledning handlar om en process som fortgår över tid. Om jag jämför exempelvis cykelloppet Tour de France som vanligtvis omfattar cirka tjugo etapper med ett världsmästerskapslinjelopp som körs under en dag så händer mycket mer i cyklisternas hjärnor och kroppar under de drygt tre veckorna etapploppet omfattar jämfört med den dagen då linjeloppet går. Vägledning handlar om processer och inte enbart beslut och val vid en viss tidpunkt.

### **Etapperna är följande:**

1. Välkomnande – hälsa den sökande välkommen
2. Varmprat – skapa ett bry-sig-om klimat
3. Ramar – presentera ramarna (villkoren och själva skeendet/processen och ansvarsfördelningen i anledning av den sökandes situation)
4. Syfte – förhandla och fastställa syftet med samtalet
5. Nuvarande situation – få höra den sökandes berättelse
6. Se mer än vanligt – få den sökande att se mer än vanligt
7. Önskad situation – få den sökande att sätta upp mål på kort och på lång sikt (önskad situation)
8. Aktiviteter – få den sökande att bestämma aktiviteter som leder mot den önskade situationen
9. Utvärdering – utvärdera samtalet
10. Avslutning – avsluta samtalet och önska den sökande Lycka till!

Detta skulle kunna betecknas som en tio-etapps metod i analogi med andra samtalsmetoder. Det som utmärker Etappmodellen är aktiviteterna och strukturen i samtalsprocessen. Figuren visar de etapper som bör ingå i ett professionellt genomfört samtal, med startpositionen längst ner till vänster. Centralt i modellen – modellens nav – är Att se mer än vanligt. Etappmodellen beskrivs närmare på s. 109.

Tanken är att boken ska följa ett individuellt vägledningssamtal. Boken ska visa en vägled-

ningssökandes väg genom samtalen, mot en större insikt om sin egen situation och lösningen av densamma. Inom vägledningsområdet talar man ibland om tre- eller fyrstegsmetoder. Inom samtalsprofessionerna är Egans metod som består av tre steg väl etablerad (s 69).

Boken inleds med ett kapitel som handlar om kommunikation och vägledning i allmänhet. Sedan presenteras vägledningssamtal; samtal mellan vägledare och vägledningssökande. Den senare benämner jag fortsättningsvis den sökande. Samtalets olika etapper står som rubrik för varsitt kapitel i den därefter följande texten. Efter genomgången av Etappmodellen kommer ett kapitel med mina avslutande reflektioner om vägledning. Därefter följer ett kapitel som skrivits av Norman E. Amundson speciellt för denna bok. Texten är på engelska och ger hans syn på karriärvägledning. Sist i boken finns en källförteckning.

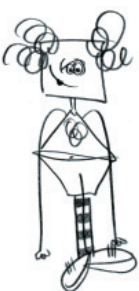
Samtalen i boken gestaltar den konversation som äger rum mellan samtalsledaren och den sökande. De är så kallade individuella samtal och inte gruppsamtal d.v.s. samtal där vägledaren har flera sökande och där gruppen fungerar som ett redskap i vägledarens redskapsarsenal.

Det är inte *ett* samtal (*en* dialog) som presenteras utan tre parallella samtal. Den sökande är alltid densamma men vägledaren skiljer sig åt beroende på vilken vägledningsmetod och vilka vägledningsaktiviteter denne använder sig av som redskap i vägledningen. Man kan säga att det är tre olika vägledare där det som är viktigast är deras metoder och deras aktiviteter i samtalet. Mina skäl till att jag väljer att presentera tre parallella samtal är att jag vill åskådliggöra några olika metoder samt göra det tydligt vilken betydelse vald metod samt vägledarnas olika aktiviteter har för samtalets utfall. Den sökande kommer inte till samma resultat i de tre parallella samtalen.

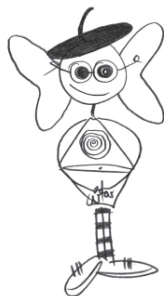
Min tanke är att det enda som skiljer sig mellan vägledarna är val av metod och aktivitet trots att vi vet att mycket skiljer sig när det är en annan person som deltar i en dialog. Man kan inte utplåna sig själv så att man enbart är "en vägledare".

Undantagsvis (i etapperna Välkomnande, Varmprat och Ramar) presenteras en dialog. Skälet till detta är att jag anser att inledningen av samtalet till stora delar kan och bör inledas på liknande sätt oavsett vägledarens metodologiska hemvist. Varmpratsdialogen har jag hämtat från Vance Peavys *SocioDynamic Counselling* (2004) i min egen översättning. Anledningen till att jag valt den är att jag tycker att Peavys sätt att möta och bemöta en ungdom har mycket att lära oss.

I texten representeras respektive vägledare med en tecknad figur enligt följande:



Processvägledaren



Konstruktivisten



Coachen

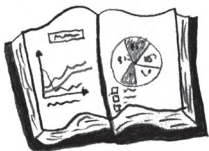
Jag väljer att illustrera vägledarens olika teoretiska och metodologiska hemvist med idealtyperna Processvägledaren, Konstruktivisten respektive Coachen. Med idealtyper (NE 1992) menar jag de analytiska konstruktioner som ska underlätta för läsaren att förstå att P, K resp. C är representanter för vägledare med viss teoretisk och metodologisk hemvist. Med hemvist menar jag vilken teori och metod de föredrar och bäst anser kunna förklara hur människor väljer karriär och hur en vägledare kan underlätta och hjälpa den sökande med detta. Vägledarens aktiviteter kan också variera därefter.

Processvägledaren (P) arbetar utifrån ett eklektiskt perspektiv mest influerat av faktorbaserade och processinriktade teorier; P arbetar utifrån vad jag kallar ett *processperspektiv*. Konstruktivisten (K) arbetar utifrån ett *konstruktivistiskt perspektiv* medan Coachen (C) arbetar utifrån ett *coachingperspektiv*.

De tre idealtyperna är lika i allt utom just detta.

Jag väljer att inte behandla vilken inverkan på samtalet som vägledarens ålder, kön, socialgruppstillhörighet, etnicitet, sexuella läggning, självkännet, personlighet, personliga värderingar etcetera har på samtalet och dess utfall. Att dessa faktorer har inverkan på samtalet står dock utom allt tvivel.

*I texten finns små tecknade figurer där återkommande specifika kategorier presenteras och diskuteras:*



Teori

**Teori** – en teori presenteras och dess betydelse för och koppling till samtals- och vägledningsprofessionen diskuteras. De presenteras ibland som modeller och ibland i löpande text. Teorierna är av olika slag och kan grovt indelas i tre stora grupper:

1. Karriärutvecklingsteorier
2. Vägledningsteorier
3. Val/väljande/beslutsteorier

Bland teorierna kan nämnas Linda Gottfredsons karriärutvecklingsteori, Frank Parsons tre-stegs vägledningsteori respektive Gary W Peterson m. fl's val/väljande/beslutsteori CIP. Teorierna presenteras där jag anser att de är relevanta sett till samtalets struktur eller textens logik.

*De fem största teorierna inom vägledningsområdet (the Big Five Career Theories) är samtliga amerikanska (Christensen & Sögård Larsen 2011):*

- The Theory of Work Adjustment (TWA) av R. V. Davis
- Theory of Vocational Personalities in Work Environments av J. L. Holland
- Theory of Career Development av D. E. Super
- Theory of Circumscription and Compromise av L. S. Gottfredson
- Social Cognitive Career Theory (SCCT) av R. W. Lent

Modernare karriärteorier har alla konstruktivistiska inslag och har sitt ursprung i kopplingen mellan insikten i vem den sökande är och den omgivande världen mot vilken vägledningen riktas. Tidigare handlade teorierna om marknadens behov och frågan var då att hitta rätt arbete. Numera betonas individens karriärresa och de ständigt återkommande mötena och anpassningen mellan individen och marknaden.

Karriärvägledning har utvecklats och förändrats. Från att i början syftat till att ge rekommendationer om yrkesval till att från 1960-talet vara en underlättande aktivitet för att hjälpa sökande att göra informerade val på ett klokt sätt. Nu i mitten av 2010-talet rör det sig om att hjälpa människor att utveckla sin egen förmåga till livslång karriärhantering på en osäker och föränderlig arbetsmarknad.

Pryor & Bright (2011, s. 103f) beskriver karriärteoriernas utveckling och konstaterar att det kan tyckas råda en konflikt mellan två huvudinriktningar av teorier; de positivistiska och de konstruktivistiska.

*Det positivistiska perspektivet betonar:*

- Inhämtning av bakgrundsinformation
- Kvantitativa mätningar av de sökandes karaktäristikor
- Objektiv yrkesinformation
- Identifiering av stabila mönster
- Användande av rationalitet och linjäritet
- Att väga olika alternativ mot varandra
- Att studera ekonomiska och sociala trender
- Att försöka maximera säkerheten

Man försöker identifiera troliga resultat baserat på tidigare agerande och kunskap.

*Det konstruktivistiska perspektivet betonar:*

- Att samla subjektiv information
- Kvalitativ och öppen uppfattning om de sökandes karaktäristikor
- Utforskning av det specifika och annorlunda
- Att skapa möjligheter
- Att använda originalitet och intuition
- Att vara nyfiken och risktagande
- Att leva med osäkerhet

Detta perspektiv syftar till att konstruera möjliga eller tänkbara resultat baserat på strävan efter mening och passion.

Dessa till synes två motstridiga uppfattningar, som Prior & Bright benämner konvergent respektive emergent perspektiv är en bra representation av hur vetandet om världen ser ut. Det är en blandning av det objektiva och verkliga med det subjektiva och uppfattade. De är ihopkopplade och utövar ömsesidig påverkan på varandra. Båda behövs för att förstå. De utvecklar sina tankar i kaosteorin (se s. 42). Det handlar inte om antingen-eller utan om både-och.



**Metod** – en relevant metod som beskriver hur vägledaren arbetar i samtalet eller i olika delar av samtalet presenteras och diskuteras. De presenteras ibland, likt teorierna, som modeller och ibland i löpande text. Bland metoderna kan nämnas lösningsfokuserad metod, visualisering och andra samtals- och vägledningsfärdigheter/aktiviteter.



**Träningspass** – fortlöpande i texten ges förslag på arbetsuppgifter till läsaren som denne uppmanas genomföra för att få ökad klarhet och insikt i hur kapitlets viktigaste innehåll övas och bäst implementeras i samtalet. Min förhoppning är att sådan träning kommer att leda till ökad skicklighet i samtalskonst.

## Reflektion B6Tf6Kf!0U

**Reflektionstillfälle** – likt träningspass finns det i texten fortlöpande tankeuppgifter som jag menar att läsaren ska bearbeta i sitt tänkande för att försöka överföra till ett lärande och en ökad professionaliseringsgrad.





**Idé** – på lämpliga ställen i texten presenteras mina egna (självuttänkta eller lånade) idéer som syftar till utveckling och förhoppningsvis bidrar med bränsle och inspiration i läsarens egen process.

# Återkommande begrepp

I boken använder jag mig genomgående av begrepp som är vanligt förekommande inom kunskapsområdet. Jag använder mig även av uttryck/fraser som är mina egna och som förtydligar det jag vill säga. För att det inte ska råda några tvivel om vad jag menar så har jag nedan valt att definiera de begrepp och fraser som jag löpande använder i boken.

## **Vägledaren**

– samtalsledaren, den som leder samtalet och ansvarar för att det håller sig till vad som överenskommits vid inledningen av detsamma. Vägledaren är expert på vägledning. Vägledaren är professionell.

*Effektiva vägledare kännetecknas (enligt Kidd, 2006) av:*

- öppenhet till andra människor och för kunskap
- emotionell stabilitet och självmedvetenhet
- begreppsförmåga, innebärande att förstå frågor i form av abstrakta begrepp och begreppsmässiga ramar
- kapacitet att tänka kritiskt och att utmana etablerad kunskap och uppfattningar

## **Den sökande**

– den vägledningssökande, den som söker vägledning hos vägledaren. Den sökande är expert på sitt eget liv.

Jag är medveten om att den ena parten, den sökande, i ett professionellt samtal även har andra benämningar som till exempel: kunden, den försäkrade, patienten, eleven, klienten, fokuspersonen etcetera, men i boken är benämningen den sökande.

Jag är också medveten om att andra yrkesgrupper än vägledare kan känna sig främmande för vissa delar av texten som uteslutande handlar om samtal om studie- och yrkesval eller karriärval. Det är dock viktigt att redan här betona att även om det kan tyckas som att dessa metoder och aktiviteter och även de teorier som dessa bygger på kan ses som alltför specialiserade för just studie- och yrkesval är det min absoluta uppfattning att alla professionella som har samtalet som ett viktigt arbetsredskap har mycket att hämta och lära här.

## **Vägledningssamtal**

– de i boken skildrade samtalen handlar om den sökandes tankar och planer för framtiden med fokus på karriären. Övriga delar av den sökandes liv involveras i varierande grad i samtalet beroende på dessas betydelse. Vägledningssamtalen är samtal med en viss varaktighet och djup; inte individers korta förfrågningar om karriärrelaterade frågor som exempelvis: När och var anmäler man sig till högskoleprovet? eller På vilka skolor kan man läsa Franska 3? Dessa faller utanför definitionen av ett vägledningssamtal.

## **Syfte**

– vad samtalet ska handla om. Avgränsningar och fokus. Syftet anger därmed även vad som inte ska avhandlas under samtalet. Ansvar för detta är vägledarens. Det är alltid viktigt att hålla sitt syfte i tankarna och låta detta fungera som ett rättesnöre för vad vägledaren gör

i vägledningssituationen. När vi senare i texten kommer till samtalsfärdigheter poängterar jag hur viktigt det är att hålla sig till syftet med samtalet och inte låta den sökande sväva ut i onödigheter enbart därför att detta känns tryggt för den sökande eller för att vägledaren råkar vara intresserad av just något i den sökandes berättelse eller för att vägledaren missar att hålla sig till syftet. Det är aldrig den sökande som ska belastas för att ett vägledningssamtal inte håller sig till syftet. Det ansvaret ligger alltid hos vägledaren.

### **Situation**

– den anledning av vilken den sökande kontaktar en vägledare för att få hjälp att reda ut sin nuvarande situation. Jag använder mig av begreppet *situation* i stället för det gängse *problem* mest för att undvika diskussionen om metoder som utger sig för att vara lösningsinriktade eller probleminriktade. Man bör vara medveten om att de ord vi använder kan vara styrande för både oss själva som vägledare och de sökande. Jag vill fokusera på aktivitet istället för prat.

### **Lösningar av sin situation**

– det eller de sätt som den sökande bestämmer sig för att agera på för att komma till en mer önskad situation än den nuvarande (önskad situation).

### **Mål**

– vad den sökande vill uppnå vid en bestämd tidpunkt i framtiden, d.v.s. en ny situation. När man väl har bestämt sitt syfte brukar det vara dags att fundera på vad man vill uppnå inom ramen för sitt syfte. Det är här som begreppet ”mål” kommer in. Ett mål är för mig ett framtida tillstånd som jag uppnått vid en viss tidpunkt. Mål bör vara attraktiva, realistiska, utmanande, specifika, mätbara och tidsbestämda. Man ska ha möjlighet att med ansträngning nå sina mål och vara medveten om när man gjort det.

Man kan tala om både mål på lång och på kort sikt. Ja, en del arbetar med skalor här. Ett annat begrepp, vision, är ett närliggande begrepp som inte är så specifikt som ett mål. Det har lite mer av drömkaraktär över sig. Syftet med visioner är att få människor att se framåt och se möjligheter på ett lite mer allmänt sätt än vad mål gör. Nollvisionen i trafiken är ett bra exempel på en vision. Den är troligen inte realistisk men den är ett bra riktmärke att styra mot.

### **Aktiviteter**

– allt det den sökande bestämmer sig för att göra för att uppnå den eftersträfvade nya situationen. Här ingår också att fortsätta göra sådant som redan görs samt att upphöra att göra en del av det som görs.

### **Att se mer än vanligt**

– vägledarens agerande för att den sökande tydligare ska se sin situation och lösningar på densamma.

### **Abstraktionsnivåer**

– olika nivåer att se och förklara verkligheten på. Längst ned på abstraktionsskalan är den mest konkreta nivån; elementnivån. Där finns den konkreta världen och kunskaper om fakta.

I kunskapshänseende kan man på den här nivån tala om kunskap som en samling rätta svar.

Nästa nivå kallas *metanivån* och här handlar det om synsätt, perspektiv, kategorier, mönster etcetera. När det gäller språket och kommunikation kan man säga att grammatik är på metanivå i förhållande till språket då det här handlar om ordens användning. I kunskaps-hänseende talar man här om olika svar och inte längre om rätt eller fel svar.

På *meta-metanivå* som är nästa abstraktionsnivå återfinns de egna ställningstagandena om det som finns på metanivå och på elementnivå.

### **Bäst i klassen**

– en vägledare som briljerar inför den sökande genom att ge förslag på vad den sökande ska göra för att lösa sin situation. En vägledare bör inte vara bäst i klassen utan försöka låta den sökande dra slutsatserna av vad den ser och upptäcker. Att ge förtäckta råd är inte bara ett uttryck för att vara bäst i klassen. Det är dessutom, och det är mycket allvarligare, ett sätt att utöva makt på ett manipulativt sätt.

### **Hjälpnödig**

– en vägledare som inte vet hur väl den vill. Denne tror att det är till hjälp för den sökande att göra allt för den sökande och inte låta den sökande själv anstränga sig. Att söka bekräftelse på att man är duktig och duktig bör man inte göra i kontakten med den sökande i sin profession som professionell vägledare. Det finns andra arenor för detta.

## **Kommunikation och vägledning**

### **OM KOMMUNIKATION**

Inom processkolan, en inriktning inom kommunikationsvetenskapen, ses kommunikation som en överföring av meddelanden från en sändare till en mottagare. Sändaren får sin information från en källa, skickar sin information som en signal till mottagaren genom ett medium som omvandlar informationen till en kod. Mottagaren tar emot signalen, tolkar den och får på det sättet informationen från sändaren.

Signalen är utsatt för s.k. brus som kan ha flera orsaker och som får som konsekvens att budskapet påverkas utan att detta är avsiktligt från sändarens sida. Exempel på brus kan vara s.k. semantiskt brus, vilket innebär att det är en bristande förståelse mellan sändare och mottagare. Detta kan bero på att budskapet är oklart formulerat eller svårt att förstå.

S.k. psykologiskt brus kan bero på en diskrepans mellan sändarens och mottagarens personliga egenskaper och förutsättningar.

All kommunikation äger rum i ett sammanhang, en kontext, och denna har alltid stor betydelse för effektiviteten i kommunikationen.

### **Flera aspekter av kontexten påverkar:**

- den fysiska kontexten – plats och tid samt yttre händelser
- den psykologiska kontexten – sändarens och mottagarens tankar, erfarenheter och känslor
- den sociala kontexten – maktförhållandet, relationen och rollerna mellan sändare och mottagare