



Konsten att välja utbildning

Inåt - utåt - framåt! 2:a utgåvan

Ingmar Andersson



SKANDINAVISKA

KIROPRAKTORHÖGSKOLAN

erbjuder:

- 5-årig legitimationsgrundande utbildning anpassad för svensk hälso- och sjukvård.
- Kiropraktorprovet, ett prov för kiropraktorer utbildade utanför och inom EU/EES som önskar svensk legitimation.

KI campus Solna, Fogdevreten 2A. Tel. 08-27 90 05



www.kiropraktorhogskolan.se

Läs och låt dig inspireras till ett genomtänkt studie- och yrkesval

Boken bygger på en gammal beprövad metod om att titta inåt och utåt för att komma framåt. Vad hittar du i ditt inre som du kan bygga ditt liv på? Vad finns därute att välja på? Använd dessa kunskaper för att fatta ditt beslut.

Eftersom verklighetens väljande inte så ofta, om ens någonsin, följer en på förhand given modell, betyder det att du kan läsa kapitlen fristående lika väl som att följa bokens disposition.

När du läser boken kanske du tycker att ett kapitel motsägs av ett annat. Ja, så är det även i studie- och yrkesvalet. Du måste fatta beslut på grunder som vid första anblicken kan se oförenliga ut.

Å ena sidan – å andra sidan. Du uppmanas på en sida att sätta upp ett mål, men på nästa sida ska du hålla ögonen öppna för nya mål. En gång ska du drömma och vara optimistisk, men nästa gång bör du se på dina begränsningar och

vara realistisk. Du måste vara förnuftig och använda hjärnan när du väljer, men i nästa andetag ska du för allt i världen inte glömma bort känslorna och hjärtat.

Jag har inspirerats av egna erfarenheter likaväl som en mängd forskare på området, utan att för den skull ha ambitionen att varje gång nämna vilken forskare och vilken teori som ligger bakom. Den här boken är ingen vetenskaplig avhandling men den bygger ändå på vetenskap och beprövad erfarenhet. Läs och låt dig inspireras till ett genomtänkt studie- och yrkesval.

Vad ska du utbilda dig till?

Jag funderade på antingen utredare eller inredare. Men nu vet jag varken ut eller in.



Ingmar Andersson

**Boken kan ge dig öppnade ögon,
vidgade vyer och en ljus framtid.**

Innehållsförteckning

Att välja	5	Arbetsmarknadsprognoser, pengar och status	77
Vad ska du bli när du blir stor?	5	Finns det jobb efter din utbildning?	77
Kolla ditt nuläge	10	Pengar makt och status	80
Varför är svåra val svåra?	11	Missa inte mässan	83
Valet är en process	14	Framåt	86
Du måste lära dig att välja	16	Det är jobbigt att fatta beslut	86
Lär dig av mössen	16	Först vidga – sedan begränsa	87
Inåt - utåt – framåt	17	Svårt att komma igång	88
Super wicked problems	22	Hjärnan och hjärtat	92
Skriv hur du tänker	24	Är du maximerare eller satisfierare?	94
En snabbmanual	27	Vad är nummer ett?	96
Utforska högskolorna och universitetet	27	Vi får lätt tunnelseende	97
Utforska yrkeshögskolorna	28	Granska det som sägs	99
Utforska yrken	28	Prata med studie- och yrkesvägledaren	101
Testa dig och låt testa dig	28	Vi har olika utgångslägen	102
Bestäm dig	29	Spring, spela hockey och ät pizza	104
Och en sak till...	29	- och lär dig välja!	104
Inåt	30	Lär av löpningen	104
Upptäck dina tillgångar	30	Lär av ishockeyn	106
Framtiden finns bakom dig	30	Ät pizza och lär dig välja	108
Roligt och tråkigt på jobbet	31	Tror du på slumpen?	109
Rätt yrkesval kan vara fel	33	Halka på ett bananskal	110
Våga drömma stort	35	Jag hittade en tröja	111
Varför vill du arbeta?	37	Det bara blev så	111
Intressen föds i samspel med omgivningen	39	Planera för slumpen	112
Vad är du intresserad av?	39	Gör så här för att bestämma	113
Tänk med fötterna	41	Hjulet kan hjälpa dig	113
Ta fram barnet inom dig	42	Gör ett ambivalenscors	115
Bygg på dina starka sidor	44	Sista månaden innan valet	116
Vad bär du i ryggsäcken?	45	Sök när webbanmälan öppnar	117
Skolan och livet hör ihop	45	Plus och minus för dina	
Jag vill jobba med människor	47	hetaste alternativ	117
Hur är du intelligent?	49	Prova uteslutningsmetoden	117
Vem är din förebild?	51	Våga singla slant	118
Hinder och möjligheter hör ihop	53	Känn dig nöjd	120
Prova ett test	57	Du kommer att ångra dig	120
Låt testa dig	59	Hög alternativkostnad	121
Utåt	61	Skjut upp beslutet	123
Det här finns att välja på	61	Är du redo för framtiden?	124
Högskola eller yrkeshögskola	64	En framtid full av möjligheter	125
Ska du läsa program eller kurser?	67	Betygen inte allt	127
Vad blir du när du är klar?	69	Ta nytt sikte om det blev fel	128
Så föds en yrkesdröm	72	Så var det klart	130
Inte alltid det du tror	75		



Vad ska du bli när du blir stor?

Frågan "Vad ska du bli?" är en av de värsta jag vet. Särskilt när den ställs till ett barn. Hur ska en liten knatte kunna svara när inte ens vi vuxna vet? Jag känner en studie- och yrkesvägledare som har lärt sin dotter att svara: "Jag ska bli omvärldsanalytiker, eller kanske kognitionsergonom." Då inser även den nyföknaste att frågan är fel ställd. Det finns nog bara ett enda barn i Sverige som med säkerhet kan svara på frågan – Estelle på slottet. Där kan man tala om att vägen är utstakad redan från början.

Det bästa svaret på frågan "vad ska du bli?" kanske är en motfråga.

Vad ska du bli själv?

Vänd på frågan: **Vad ska du INTE bli?** Jag har hört prao-elever säga: "Nu vet jag åtminstone vad jag inte vill bli". Uteslutningsmetoden beskrivs längre fram i boken

Det blir också annorlunda om någon frågar "Vad **VILL** du bli?" Då kommer drömmarna in i bilden. Läs mer om det senare.

Att välja

Vad VILL ANDRA att du ska bli?

Många har åsikter. Föräldrar och kompisar såklart. Arbetsförmedlingen, facken, näringslivet och branschfolk ropar varje år ut vilka yrken som behöver fyllas på. Skolverket säger att det behövs lärare. Polisen behöver poliser. Försvaret vill ha officerare. Kommunerna behöver undersköterskor. Alla vill ha dig!



Det är också oundvikligt att bearbeta frågan **Vad KAN du bli?** Låga betyg gör dig begränsad. Kroppsliga grejer typ defekt färgseende funkar inte för poliser och piloter. Blunda inte för dina hinder men i boken kan du läsa om några sätt att övervinna dem.

Vad ska du bli JUST NU? är också en variant av frågan. Du kanske har en kortsiktig plan, en slags tillfällig lösning. Resa jorden runt. Jobba på ett snabbmatställe. Det är självklart bra att tänka långsiktigt. Men för några, och i vissa livssituationer, är det bättre att skjuta på beslutet. Du kanske känner dig pressad av andra att ge ett svar, men

i själva verket har du ingen lust att bestämma dig just nu. Om du satsar flera år på något blir det sedan svårt att helt bryta med det. Även om det aldrig kändes rätt från början så har du investerat alldeles för mycket tid, kraft och pengar i ditt livsprojekt.

Vad svarar du?

1. Har du någon gång känt pressen att säga vad du ska bli när du blir stor?

Ja

Nej

2. Om ja – hur reagerade du på att tvingas svara?

Jag sa ett yrke som gjorde andra nöjda

Jag sa ett yrke som jag själv trodde på

Jag vägrade säga ett yrke

Jag sa att jag inte var redo att ta ställning

Jag gjorde något annat, exempelvis bytte samtalsämne eller gav personen en mördarblick :-)

DAGS ATT VÄLJA UTBILDNING



På utbildningsinfo.se finns alla utbildningar i Sverige i samma sökfunktion. Sök efter utbildningar inom ditt intresseområde. Du kan också välja om du vill studera på distans eller en utbildning som är på engelska.

Här hittar du utbildningar inom:

- Universitet och högskola
- Yrkeshögskolan
- Folkhögskolan
- Övriga eftergymnasiala konst- och kulturutbildningar

Att välja

Kalla dig aldrig yrkesbestämd

När en vuxen inte kan svara på frågan "Vad ska du bli?" klassas han eller hon ibland med den inte alltför trevliga titeln yrkesbestämd. Detta hem-ska ord återfinns i många negativa sammanhang. Exempelvis finns det "vägledningskurser för yrkesbestämda, arbetslösa, sjukskrivna och uppsagda" och "aktiviteter för yrkesbestämda och felutbildade".

Efter en vägledningskurs utvärderades resultatet på följande sätt: "Tio personer har sökt ett relevant målyrke medan åtta yrkesbestämda personer sökte yrke X21." Jag funderade länge över vilket yrke det kunde vara. Förklaringen kom på slutet av rapporten: "X21 = ej identifierbart yrke".

En rapport från Arbetslivsinstitutet säger: "Myndigheter och institutioner sätter namn på oss som vi ibland känner oss helt främmande inför. Kategorier som 'vip-kund' eller 'yrkesbestämd' tränger in i vår vardag och intervenserar i våra liv på gott och på ont."

Vad skulle du helst vilja bli kallad? En vip-kund eller en yrkesbestämd? För mig är du redan en vip-kund! En very important person som ännu inte har bestämt inriktning på sitt liv.

Acceptera aldrig att bli kallad för yrkes-

obestämd! Det är inget roligt namn. Ordet "tränger in i din vardag och intervenserar på ett ont sätt". Säg istället att du är öppen för olika yrken men att du ännu inte bestämt dig. Positivt osäker – det är vad du är!



When I was five years old, my mother always told me that happiness was the key to life. When I went to school, they asked me what I wanted to be when I grew up. I wrote down 'happy'. They told me I didn't understand the assignment. I told them they didn't understand life.

John Lennon i the Beatles

Den enda rätta utbildningen

Ditt uppdrag: Leta bland världens alla utbildningar och hitta den enda rätta för just dig. Utbildningen med stort U – designad exakt enligt din profil.

Rent teoretiskt kanske det finns en så-



UPPSALA
UNIVERSITET

Rätt recept för framtiden

Bli läkemedelsexpert i Uppsala
Läs till apotekare eller receptarie

www.uu.se/utbildning

efterfrågade utbildningar

Campus Varberg erbjuder högskole- och yrkeshögskole-
utbildningar framtagna i nära samverkan men näringslivet.
Hos oss får du den kompetens som omvärlden efterfrågar.

Vi är efterfrågade utbildningar ...

www.campus.varberg.se



Att välja

dan utbildning. Men uppdraget att hitta den, och sedan veta att du faktiskt har hittat den, är omöjligt. Det är ungefär som att finna svaret på frågan om hur många sandkorn det finns på jorden. Det finns ett exakt svar, men ingen människa kan få fram svaret. Däremot kan du räkna och göra en mer eller mindre kvalificerade bedömning. Så måste du också se på ditt val av utbildning. Du ska inte sluta räkna sandkorn bara för att det är omöjligt att hitta exakt rätt antal. Fortsätt istället att räkna så kommer du allt närmare sanningen.



Älta inte i oändlighet

Det hör också till saken att du inte kan räkna i evighet. En dag måste du bestämma dig. Annars blir du som åsnan mellan två höttappar, som Jean Buridan skrev om redan på 1300-talet. Åsnan kunde inte bestämma sig för vilken mat den skulle välja och förblev därför passiv. Till slut svalt den ihjäl. Ändå hade den allt inom räckhåll, men förmådde alltså inte ta beslutet.

Under historiens gång finns massor av exempel på svårigheter att fatta beslut. Exempelvis 1271, när man skulle välja en ny påve. Det tog nästan tre år att rösta fram Gregorius X. För att snabba på valet låstes kardinalerna in på vatten och bröd. Kanske ett bra knep för att komma till beslut? Du får ingen mat förrän du har bestämt dig!

Psykologen Anna Karstedt säger att många som lider av beslutsångest ältar olika alternativ, för- och nackdelar, och väntar på att det ska kännas "helt rätt". "Men då får man vänta förgäves", säger hon och fortsätter:

När man hamnat i det läget är det viktigt att först förstå att man inte kan "tänka sig fram" till rätt val. Ältandet leder bara till mer tvivel och osäkerhet. Det gäller att tvinga sig själv till ett beslut.

Kolla ditt nuläge

Vilken status har du? Placera in dig själv i figuren.





Först den vågräta axeln: Vill du läsa vidare? Eller vill du inte? Du kanske vill skjuta på valet ett år? Ingen katastrof. Men anta att du vill läsa vidare – du är till vänster i diagrammet


Sedan den lodräta axeln: Vet du vad du vill läsa? I så fall placerar du dig högst upp. Eller har du fortfarande ingen aning? I så fall får du ta plats längst ner.

Vilket är det vanligaste tillståndet?


Efter alla år som vägledare har jag en bestämd känsla av att normalpositionen är längst ner till vänster. Du vill läsa, men du vet inte vad. **Du är positivt osäker.**

 Om du redan är längst upp till vänster vill jag fråga: Har du någon gång ifrågasatt ditt val? Vet du vad ditt val egentligen innebär?

 För dig som är längst upp till höger kanske ett sabbatsår eller ett jobb är bäst. Du kanske får tillbaka lusten att läsa senare. Ibland trycker andra på att du ska läsa. Men du måste helhjärtat kunna svara "jag själv" på frågan: "Vem är mest angelägen om att du ska plugga vidare?"

 Är du längst ner till höger vill jag råda dig att jobba hårt för att hitta ett långsiktigt mål i livet. Skjut på valet just nu men akta dig så att inte slumpan

kommer att bestämma. Eller att du till slut känner dig tvingad att ta "vad som helst".

 Men som sagt, du som är längst ner till vänster kan vara lycklig. Du är positiv till studier och fortfarande öppen för intryck utifrån.

Positiv osäkerhet är möjligheternas tillstånd. Det är stort att vara positivt osäker.

✓ Du vill bli just det som så många efteråt beskriver som den bästa tiden i livet – du vill bli student.

✓ Du har ännu inte bestämt dig och därför ligger hela världen öppen för dina fötter.

Nu är det bara den där lilla grejen kvar – att flytta upp din position till övre vänstra hörnet – då blir du positivt säker.

Varför är svåra val svåra?

Ett av de största och svåraste valen i livet är att bestämma utbildning. Varför är det så svårt?

Först kanske du ska fundera över vad som skiljer lätta val från svåra. Enligt filosofen Ruth Chang är det ungefär så här:

Att välja

I lätta val finns ofta rätt och fel. Det gäller bara att hitta det rätta alternativet.

I svåra val är en sak bättre i det ena alternativet, medan en annan sak är bättre i det andra. Valet innehåller variabler som sinsemellan inte går att jämföra – ungefär som talesättet ”det går inte att jämföra äpplen och päron”.

Du har kanske aldrig reflekterat över skillnaden mellan lätta och svåra val. Du kanske helt ogenomtänkt utgår från att lätta och svåra val kan lösas med samma metod. Men tyvärr funkar det inte så bra.

Först ett enkelt val



Av två väskor ska du bedöma vilken som är tyngst. I detta exempel finns bara tre möjliga svar:

- 1 Väska 1 är tyngst
- 2 Väska 2 är tyngst
- 3 De är lika tunga

Nu ett svårt val



Du väljer mellan att bli konstnär eller ingenjör. Du väger in lön, status, arbetsglädje, självförverkligande, arbetsmiljö och allt möjligt annat. Du kan absolut inte bestämma dig hur mycket du än tänker. Båda har fördelar och nackdelar men i slutändan är de lika bra. Just det: Du inbillar dig att de är exakt lika bra!

Plötsligt säger någon att lönen du beräknat som ingenjör var fel. Du kommer att tjäna 10 000 kronor mer per månad än vad du trodde. Det borde avgöra saken. Alternativet var ju exakt lika bra, men nu har ett av alternativen blivit tio tusen kronor bättre.

Risken är stor att du ändå inte kan bestämma dig. Alternativet var visserligen lika bra, men trots att det ena blivit bättre är de fortfarande lika bra. Låter helknäppt, eller hur? Ändå är det så det

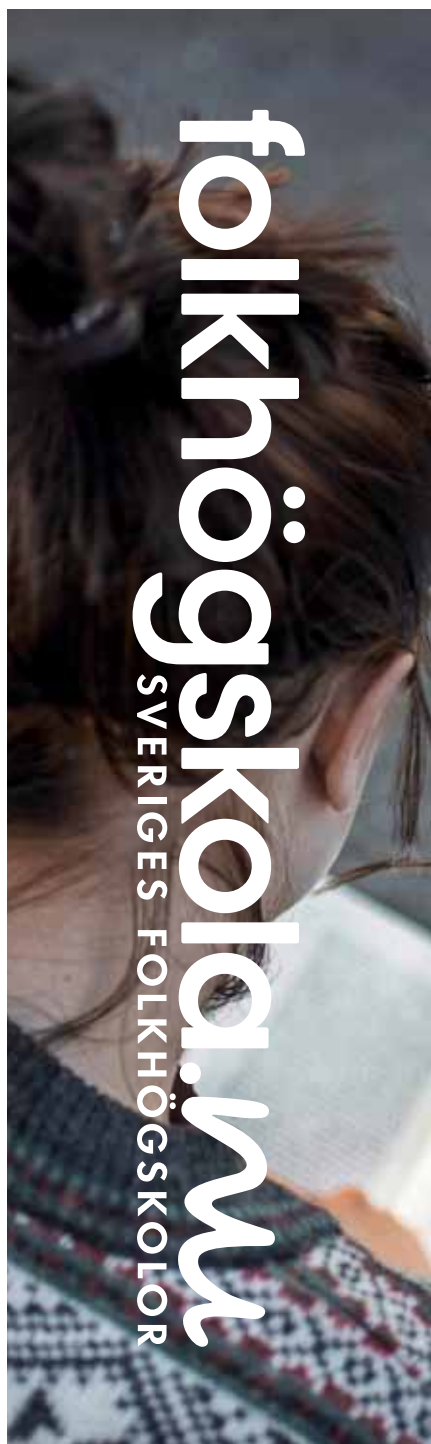
funkar. Det här är inget matematiskt val. Jag tror istället att du kommer fram till något i stil med att "det ena är inte bättre än det andra – ändå är de inte lika bra".

Men om du kunde se in i framtiden

Du ser dig själv om tio år som konstnär. När du tittar åt andra hållet ser du dig själv som ingenjör. Du ser vad dina olika alternativ leder dig. Du ställer dem sida vid sida och jämför. Skulle det hjälpa dig i valet? Skulle valet bli lättare?

Det är faktiskt inte säkert. Det grundläggande misstaget är att du behandlar valet som om det ena alternativet är mer rätt än det andra. Även om du skulle ha full information, med båda yrkena sida vid sida, är valet inte självklart. Inte på grund av din okunskap – du har ju fått all kunskap. Valet är svårt därför att det aldrig finns något rätt eller fel.

Den "hårda" världen kan beskrivas i siffror, den "mjuka" kan inte. Kan din kärlek till någon beskrivas i siffror? Om det vore så enkelt skulle ju alla välja samma partner (fast det skulle förstås bli hård konkurrens). Alla skulle välja samma fritidssysselsättning. Alla skulle välja samma utbildning. Om det bara fanns ett rätt svar alltså. Om världen skulle vara full av självklara val skulle vi inte vara fria människor. Vi skulle vara slavar.



Att välja

Det handlar om din personlighet

Svåra val handlar om din personlighet, den som du har format under hela ditt liv. I ett svårt val lägger du ytterligare en byggsten till din personlighet. När du väljer något svårt tvingas du att ge dig själv ett argument för ditt val. Du måste förklara varför du väljer på det ena eller det andra sättet. Du visar därmed vem du är och vad du står för.

– Jag valde att utbilda mig till konstnär därför att...

– Jag valde att utbilda mig till ingenjör därför att...

Det är alltså i de svåra valen som du skapar din personlighet. I varje svårt val ger du ytterligare ett argument för vem du är som människa.

Valet är en process

Jag äter ofta lunchbuffé. Tre rätter att välja på. I början tog jag små portioner av alla tre. Det var verkligen ett nybörjarfel. Jag blandade fisk, kött och pannkaka. Jag ville ju ha allt. Numera bestämmer jag mig för en rätt och kör den fullt ut. Lite så är det i valet av utbildning.

Först vill du ha allt. Men ju längre tiden tickar på desto mer finsmakare blir du. Du lär dig vad som är gott och mindre

gott. Du har långsamt men säkert byggt upp din uppfattning om dig själv och din omvärld.

Vad är det då du har fått för uppfattning om dig själv, medvetet eller omedvetet? Kanske en av skolans osynliga uppgifter är att sortera in dig i ett fack, att sakta men säkert ge dig signaler om vad du kan bli och inte kan bli. Ta matematiken som exempel. Skolan lär inte bara ut matte, utan den lär också vissa elever att "matte, det begriper en sån som du dig inte på". Och efter ett tag tror du att du är kass i matte. Det här kallas ibland för "den dolda läroplanen".



Har du hört talas om den kokande grodan-syndromet? Om du släpper ner en groda i en kastrull med ljummet vatten och sakta höjer temperaturen, så märker grodan inget konstigt. När vattnet till sist kokar är grodan för länge sedan död, utan att ens ha gjort ett försök att hoppa därifrån medan den ännu kunde. Biologer har visserligen påpekat att detta inte stämmer (pröva inte är du

Investera i din framtid

snäll) men metaforen säger ändå något om hur vi sakta men säkert anpassar oss till omgivningen.

Det är samma sak som när vi möter ett starkt ljus och först kisar med ögonen för att vänja oss. Efter en stund drar pupillen ihop sig och vi anpassar oss till ljuset. Är det inte så anpassningen i skolan går till? Några sorteras sakta men säkert ut till samhällets elit. Andra till lågavlönade jobb med dåliga arbetsvillkor. Låter det revolutionärt? I så fall har det varit så sedan 70-talet då Bourdieu och Broady skrev sina böcker som jag tror att samtliga lärar- och syv-studenter haft som kurslitteratur sedan dess.



Mitt råd är att du analyserar hur ditt livs process hittills har påverkat dig. Har du hittat den plats som du vill? Eller har skolan och samhället sakta men säkert tvingat in dig i en fil som du inte vill köra i? Byt i så fall fil medan tid finns.

Vårt fokus handlar om att utbilda för ett yrkesliv där ledning, ansvar och etik är viktiga ledord. Att ge dig verktygen för en framgångsrik och flexibel karriär, var den än bedrivs. Vi förbereder dig med möjligheter till ett starkt nätverk, internationellt perspektiv och förmågan att nå ut med din kompetens.

Kunskap är inget värd utan förmågan att kunna använda den.

Hitta våra utbildningar på kau.se/hhk



Karlstad Business School
Handelshögskolan vid Karlstads universitet

Du måste lära dig att välja

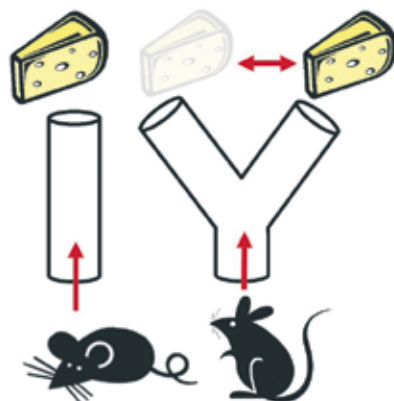
Vetenskapen kan hjälpa oss en bit på vägen mot rätt val. Rader av berömda personer har forskat och funderat. De har fokuserat på olika saker och därmed format olika teorier. Allt passar självklart inte in på alla. Vi tänker olika. Vi har olika syn på vad som är viktigt i framtiden.

Därför kan ingen säga att det finns en rätt eller en fel modell. Och framför allt inte en enda modell. Först och främst är väljandet en konst. En förmåga som det inte går så lätt att sätta en etikett på. I slutändan är det du själv som målar ditt liv. Som en konstnär. Men förhoppningsvis en konstnär som inte målar i blindo, utan som har en idé om både vägen och slutmålet.

Lär dig av mössen

Två möss kanske får dig att inse hur viktigt det är att lära dig välja. Förutsatt att du inte är rädd för möss förstås.

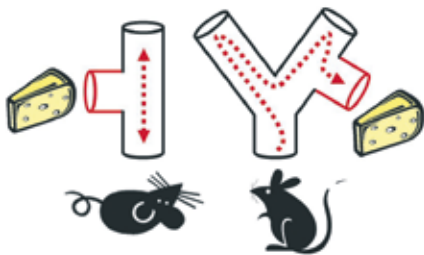
I ett experiment bodde två möss i varsin låda. När de var hungriga kunde de springa genom ett rör och hämta sin mat.



Den vänstra musen behövde bara springa rakt fram. I ändan av röret fanns maten.

Den högra musen var tvungen att välja väg. Det fanns bara mat i ett av rören, och musen visste inte i vilket. Ibland hittade den maten direkt, ibland fick den springa tillbaka och leta i det andra röret.

Efter några veckor gjorde forskarna en ny rörförgrening för båda mössen. Och maten placerades nu längst ut i de nya rören.



Den vänstra musen hittade aldrig sin mat. Den sprang som en skallad råtta fram och tillbaka i sitt rör, men dog så småningom i inlärd hjälplöshet.

Den högra musen sprang in i vänsterröret – ingen mat. Då provade den högerröret. Ingen mat där heller. Men skam den som ger sig. Självklart provade den även det nya röret. Och där fanns maten uppdukad.

Den högra musen hade lärt sig att välja.

Att välja är något vi måste lära oss. Det är en konst att välja. Inget som finns där automatiskt. Vi tycker det är självklart att lära oss matte, svenska, engelska och samhällskunskap. Men att välja? Har du någonsin lärt dig att välja?

Livet består ständigt av en massa val. Vad ska jag ta på mig idag? Vilken telefon ska jag köpa? Vilken film ska vi se ikväll? Alla måste vi ta beslut hela tiden. Ändå är det något annat vid de riktigt stora valen. Ett av de största är

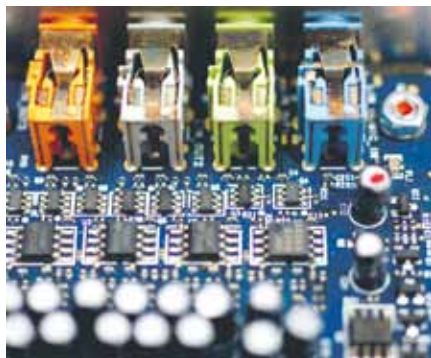
att välja utbildning. Då måste du ha en strategi – precis som den högra musen.

Inåt – utåt – framåt

Vad är skillnaden mellan mjukvara och hårdvara? Frågan ställdes i ett internetforum. "Mjukvara är software och hårdvara är hardware" Ett småroligt svar men inte så klagörande. Ett mer seriöst svar gavs också.

Mjukvara är programvaror som exempelvis antivirus eller Word och Excel. Hårdvara är de delar av en dator som man kan ta på, såsom tangentbord, hårddisk och minneskort.

När du väljer utbildning säger detta något om hur du kan forma dina tankar.



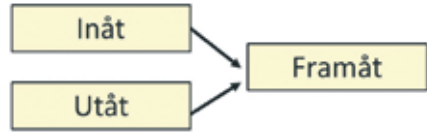
Redan "studievägledningen fader" Frank Parsons hade lärt sig skillnaden,

Att välja

även om datorn inte var uppfunnen. 1909 formade han en modell för studie- och yrkesvalet, där mjukvaran och hårdvaran skulle samverka till ett beslut. Parsons punkter kan sammanfattas med Inåt – Utåt – Framåt. Han använde sedan dessa två för att komma fram till ett beslut.

In the wise choice of a vocation there are three broad factors:

- 1. A clear understanding of yourself, your aptitudes, interests, ambitions, resources, limitations, and their causes.**
- 2. A knowledge of the requirements and conditions of success, advantages and disadvantages, compensation, opportunities, and prospects of different lines of work.**
- 3. True reasoning on the relations of these two groups of facts.**



1. Inåt – mjukvaran



Du måste bli medveten om dig själv. Dina färdigheter, intressen, ambitioner, resurser och begränsningar. Helt enkelt din personlighet. Vad finns därinne som du kan använda för att välja rätt?

2. Utåt – hårdvaran



Du måste bli medveten om alternativen. Vad finns att välja på? Utbildningar och yrken som du inte känner till kan du inte välja. Vilka fördelar och nackdelar finns hos de olika alternativen? Det

Utveckla din karriär hos oss



Vill du arbeta med samhällsutveckling och påverka Sveriges infrastruktur? Vi på Trafikverket har flera spännande möjligheter att erbjuda dig!

Du kan söka till vårt traineeprogram, skriva examensarbete eller sommarjobba hos oss. Läs mer om vårt uppdrag och dina karriärmöjligheter på vår hemsida och följ oss gärna på LinkedIn. Tillsammans utvecklar vi samhället.

[linkedin.com/company/trafikverket](https://www.linkedin.com/company/trafikverket)

Läs mer på
www.trafikverket.se/jobboframtid

Att välja

gäller att bli bekant med dina möjligheter därute.

3. Framåt – mjukvaran ansluten till hårdvaran



Här gäller det att para ihop inåt med utåt. Att knyta ihop säcken. Att resonera med dig själv, och för den delen även med andra.

Utåt och inåt samverkar nästan som kapprustningen i världen. Mer utåt kräver mer inåt. Internetrevolutionen och all information som finns tillgänglig (utåt) måste mötas med mer reflekterande inåt, det som har kommit att kallas Inner-Net-revolutionen.

Parsons modell följer det traditionella sättet att fatta beslut. Informationen samlas in, alternativen analyseras, konsekvenserna beräknas och bästa alternativet väljs. Själv tycker jag att modellen är en bra stomme för framtidsfunderingar. En ram som gör tankarna hanterbara. Men sedan måste du göra utvecklingar.

Ta vara på chanserna

En utveckling från modellen inåt – utåt – framåt som jag förordar starkt är att ta vara på de chanser som ges. Har du hört om den sargade gathunden Arthur och det svenska multisportteamet i Ecuador? I en bergsby stötte VM-laget ihop med hunden. Lagkaptenen Mikael Lindnord gav den en köttbulle. Därefter vägrade han att vika från deras sida. Han följde troget med i 20 timmar, hela vägen in i mål. Genom djup lera och nästan ogenomtränglig djungel höll Arthur sig tätt intill lagmedlemmarna. När laget skulle ta farväl inför en sju mil lång forsränning kastade sig Arthur i vattnet och följde med. Nu bor han i Sverige och har det jättebra.



Det här är en fantastisk bild av att gripa tillfället i flykten. När en chans dyker upp gäller det att agera. Arthur ville förändra sitt liv, såg laget komma, lufsade fram, tittade med bedjande ögon och fick en köttbulle. Han märkte direkt att han hade hittat rätt. Det här var chansen han väntat på så länge. Gör



Följ din dröm

Vill du lära dig ett yrke och gå direkt ut på arbetsmarknaden?
Eller vill du fördjupa dig i ditt intresse?

Hos oss kan du läsa till hälso-
tränare, filmare, skådespelare och
mycket annat.



MOLKOMS FOLKHÖGSKOLA

WWW.MOLKOM.NU



Study in Taiwan

- Embark on a Wonderful Journey

- Scholarship Program
- Mandarin Course
- Youth Travel

Taipei Mission in Sweden
www.taiwanembassy.org/se

Sun Moon Lake, Taiwan

Att välja

som Arthur! Sitt inte bara på svasen och kolla på internet. Ta vara på tillfällena när de ges. Mässor, öppna hus, informationstillfällen. Det kan förändra ditt liv.

Super wicked problems

Jag lyssnade på ekologiprofessor Jon Moen, som diskuterade de val vi måste göra i samhället när naturresurserna börjar ta slut. Jag kunde inte låta bli att tänka på vad vi kan lära oss när vi själva gör våra utbildningsval. Finns det paralleller mellan samhällets stora ödesval och våra egna, i det ljuset, "fjuttiga" utbildningsval?

Moen konstaterade först att det inte finns några självklara svar när vi möter ett så kallat "wicked problem". Det finns inga enkla lösningar helt enkelt. Inget rätt eller fel utan bara bättre eller sämre val. Så långt är likheten total.

Typiskt är också att problemet aldrig blir slutgiltigt löst. Omvärlden förändras ständigt och ny forskning tillkommer som hela tiden förändrar förutsättningarna. Javisst är det så även i våra val. Nya utbildningar poppar upp hela tiden. När vi väl har valt måste vi sedan ändå ständigt brottas med nya val. Vi blir aldrig färdiga. När utbildningen är slut tar fortbildningen vid.

Wicked problem kan vara både stora och små, men om de är superstora kallar Moen dem för "super wicked problems". Växthuseffekten är ett sådant. I din värld är valet av utbildning ett super wicked problem. Kanske det viktigaste beslutet i livet för dig personligen. Växthuseffekten och ditt utbildningsval – två jättefrågor.



Enligt Moen finns tre sätt för samhället att lösa super wicked problems.

Auktoritära lösningar

Någon bestämmer genom att peka med hela handen. Det är en enkel lösning men alla synpunkter kommer inte fram. I utbildningsvalet är världen full av personer som vill att du ska välja något som gynnar deras egna intressen. Och tro det eller ej, jag möter ibland personer som på fullaste allvar ber att jag ska bestämma åt dem.

Lärdom: Ju mindre påläst du är desto mer utsatt blir du för andras åsikter.

Politiska lösningar

Olika sidor ställs mot varandra. Problemlösning handlar ofta om pengar.

Vem betalar dig om du inte får något jobb efter examen?

Om du har jobbat före studierna eller arbetat medan du studerar kan du få pengar från a-kassan under tiden du söker jobb efter examen.

Det räcker att du arbetat minst 80 timmar i månaden i sammanlagt 6 månader (och har varit medlem i 12 månader). Självklart räknas även sommar- och extrajobb. Bra va!

Hör av dig till oss så berättar vi mer!

100
kronor
i månaden

Akademikernas a-kassa är Sveriges största a-kassa med 700 000 medlemmar.

📞 08-412 33 00

✉ info@aea.se

🏠 aea.se

📱 @akademikernas

VAD PASSAR JAG SOM?

www.saco.se/vadpassarjagsom

Den solidariske

Realisten

Den driftige

Snillet

Den Strukturerande

Den
kreative

Vad passar jag som?

Även om du som liten bestämt skulle bli cirkusprinsessa eller brandman kan du passa mycket bättre som till exempel farmaceut, cytodiagnostiker eller civilekonom. Svara på våra frågor och få förslag på högskoleyrken som skulle passa dig baserat på din personlighet.

Att välja

Det blir strid om vad som ska prioriteras. I utbildningsvalet begränsas du av dina betyg och antalet platser som finns tillgängliga. Dina intressen kontra arbetsmarknaden ställs också mot varandra.

Lärdom: Du måste se realistiskt på dina möjligheter utan att glömma ditt hjärta.

Samarbete och dialog

Alla är med för att hitta en gemensam bästa lösning. Detta är en typisk svensk modell. I utbildningsvalet är risken att aldrig komma till beslut eftersom fördelar och nackdelar finns i alla val.

Lärdom: Väg in många synpunkter och inse att valet alltid är en kompromiss.

Skriv hur du tänker



Att få ner tankarna på pränt är en stor hemlighet till att tänka klart. Jag märker det inte minst när jag skriver den här boken. Tankarna flyger först ostrukturerat, men när jag lyckas få ner de stora dragen i text blir allt plötsligt glasklart. Kopplingen mellan tanken och språket är jätteviktig.

"Tanken är endast värdefull om den kan uttryckas" skriver filosofen Ludwig Wittgenstein redan 1921. Han fortsätter: *"Mitt språks begränsningar är min världsbegränsningar"*.

Använd en pärm – just det, en pärm!

Jag drömde att jag bytte julklappar med antagning.se.

– *Vad önskar du dig?*

– *I första hand en plats på Psykologprogrammet i Göteborg. Men det är ok med Uppsala också.*

– *Tyvärr – du har inte varit så snäll i år så du får istället kursen "Livets mening" i Skövde. Kom sedan tillbaka nästa år när du lärt dig veta hut.*

Sedan kom tomten med antagningsbeskedet och då plötsligt vaknade jag. Jag fick en pärm! En pärm för att ordna upp mitt liv. Framtidsdrömmarna måste få landa. De flyger och far, kommer och går. Plötsligt blommar något upp, nästa sekund är det borta. Tankarna får inte riktigt fäste i hjärnan. Du måste få dem att ta mark. Det gör de i samma stund som du stoppar in dem i en pärm! Inför



En karriär till sjöss?

satsapåsjofart.se



Sjöfartens
Arbetsgivareförbund
Ett förbund inom TRANSPORTFÖRETAGEN



Linnéuniversitetet

CHALMERS

Var finns jobben i framtiden?



Vissa utbildningar leder nästan säkert till jobb, med andra är det svårare.

Saco och förbunden gör prognoser för jobbchanserna om fem år för flera av sina yrken.

Så att du vet vad du väljer och kan göra ett genomtänkt studieval.

www.saco.se/framtid



Att välja

valet kommer du att få kilovis med kataloger. Riv ut informationen om de program som intresserar dig. Sätt in i pärmen. Släng bort resten av katalogen. Du kommer också att titta på hundratalssidor. Skriv ut informationen om de utbildningar du kan tänka dig att gå. Ta hellre med en utbildning för mycket än en för lite. In med dem i pärmen!



Fyll pärmen sakta men säkert. Snart har du 10 olika utbildningar att välja på. Eller 50. Eller 100.

Rangordna med det hetaste alternativet högst upp och övriga i fallande skala. Du tvingas välja redan nu. På låtsas, men ändå. Du måste bestämma dig för


en ögonblicksbild – så här tänker jag just nu.

Lev med valet. Låt pärmen bli din bästa vän fram till valet. Fyll på med nya utbildningar som du upptäcker längs vägen. Titta igenom rangordningen regelbundet och ifrågasätt valet varje gång. När du ska välja ”på riktigt” har du redan tränat massor av gånger.



Om du tycker att en pärm är ålderdomlig kan du självklart samla informationen i din dator istället. Men jag tänkte att en pärm borde passa dig bättre eftersom du just nu läser en gammaldags hederlig bok!

En snabbmanual

 VARNING
Att använda bilnyckeln oförsiktigt kan orsaka olyckor med allvarliga personskador.
Lämna aldrig bilen när motorn går, särskilt inte om en växel är ilagd.
Var alltid beredd att bromsa. Annars kan du orsaka olyckor och personskador.
<ul style="list-style-type: none">• Öppna eller stäng endast dörrarna och bakluckan när ingen befinner sig i närheten.• Ha alltid fötterna i golvutrymmet under färd. Fötterna får t.ex. aldrig läggas upp på instrumentpanelen eller på stolen, eller stickas ut genom fönstret.• Ha alltid händerna på ratten, så att du alltid är beredd att styra.
 VARNING

Att läsa manualer kan vara jobbigt. När jag köpte bil följde det med en instruktionsbok på 450 sidor. Vem orkar ta sig igenom? Det finns så många råd att det är svårt att se vad som är viktigt och mindre viktigt. Eller vad säger du om varningstexterna som verkar utgå från att vi alla är korkade – trots att vi som läser manualen rimligen har tagit körkort. (Texterna är inte fejkade utan direktcitat från VW Golf-manualen.)

Kanske upplever du också den här boken som onödigt detaljerad. Finns det ingen snabbmanual? Jo, här kommer ett försök om du vill komma igång direkt. Som i en "riktig" manual kan du läsa mer detaljer längre fram i boken. Så funkar det ofta – man blir sugen på att läsa mer när man väl kommit igång. För egentligen är ju valet inget quick fix utan något som växer fram under hela livet.

Sätt av fem kvällar i din kalender så kommer du väldigt långt.

Det bästa sättet att komma igång överhuvudtaget är att sätta upp delmål. Här följer fem delmål som bygger på modellen om utåt (kväll 1, 2 och 3), inåt (kväll 4) och framåt (kväll 5).



Utforska högskolorna och universiteten

I antagning.se finns 15 000 utbildningar, så ha inte ambitionen att kolla upp alla. Inrikta dig först på programmen. Börja med yrkesprogrammen! Du hittar dem i sökmotorn hos Antagning.se, rubrik Examen. De är 50 stycken och börjar i alfabetisk ordning med Agronomexamen, Apotekarexamen och Arbetsterapeutexamen.

Att välja

Gå igenom alla 50. Något för dig?

Hittar du inget där går du vidare till kandidatprogrammen, alltså 3-åriga program av mer generell karaktär. Här måste du begränsa din sökning för att inte få alltför många träffar.

En forskare säger:

Att upptäcka en utbildning eller ett yrke i ens smak – det är att upptäcka sig själv, det är att upptäcka vad man vill.

2

ONSDAG

Utforska yrkeshögskolorna

Här är det lättare att få överblick. Utbildningarna är uppdelade i intresseområden, exempelvis Data/IT. Välj ett eller flera områden och gör eventuellt andra begränsningar så hittar du snabbt det som finns. Läs mer om de utbildningar som intresserar dig.

3

TORSDAG

Utforska yrken

Använd Saco.se (Studieval & Karriär/Yrken A-Ö) och Arbetsförmedlingen.se (Yrke och framtid/Yrken A-Ö). På båda sajterna väljer du bland ett 20-tal intresseområden och kommer sedan till enskilda yrken. Saco specialiserar sig på akademikeryrken medan Af har yrken på alla utbildningsnivåer. Du kan se korta filmer på ungefär tre minuter. Titta på dem och låt dig inspireras. På en kväll hinner du igenom åtminstone ett 30-tal tänkbara yrken.

4

FRIDAG

Testa dig och låt testa dig

Testa dig själv på Saco.se (Vad passar jag som?) och Arbetsförmedlingen.se (Intresse-test). Låt sedan din bästa vän svara på frågorna i ditt ställe – din kompis tänker på dig vid sina svar. Du låter alltså någon annan svara på frågorna om dig. Då får du en utomståendes syn på vad du passar som.

5

LÖRDAG

Bestäm dig

Kanske lite överoptimistiskt att du ska bestämma dig redan kväll nummer 5. Men ta fram papper och penna. Skriv hur du tänker, det ger ordning åt tankarna. Gör ett hjul som beskrivs i boken. Lista dina tänkbara val. Väg fördelar och nackdelar, plus och minus. Finns det jobb efteråt? – kolla arbetsmarknadsprognoserna. Rangordna dina val från nummer 1 och neråt, vilket betyder att du faktiskt har bestämt dig. Men kolla din lista igen om en vecka så kanske ett nytt ljus har fallit över din kvällsaktivitet.



X

Och en sak till...

Det räcker inte att bara sitta vid datorn i fem kvällar. Ta till dig visdomsorden **Sitt inte inne när allt hopp är ute!** Beslut fattas bäst i samspel med omgivningen. Prata med kompisar. Prata med föräldrar och släktingar. Prata med din studie- och yrkesvägledare. Gå på mässor! Sacomässorna i Stockholm och Malmö är fantastiska inspirationsplatser. Liknande mässor finns också i andra städer. Gå på skolornas öppna hus, besöksdagar och allt vad de nu kallas.

*Du hittar fler tips om
inåt – utåt – framåt
på saco.se länk
Studieval & karriär.*

Inåt

När du ska välja behöver du upptäcka dig själv, för i ditt inre finns många svar på din framtid.

Där finns din personlighet, din begåvning och dina inneboende resurser.

*Det handlar om att titta
INÅT*



Upptäck dina tillgångar

Vad är du bra på? Inte vad andra är bra på, utan vad just du är bra på. Ett genomtänkt val förutsätter att du tar vara på dina drömmar, dina intressen, din intelligens och dina förebilder, men att du samtidigt tar hänsyn till hinder som dyker upp.

Framtiden finns bakom dig

Vid nyår blickar vi ofta både bakåt och framåt. Tidningarna fylls av "året

som gått". Men vi funderar också över framtiden. Hur ska nästa år bli? Tidens gång blir så verklig när ett nytt år står för dörren. När du ska välja utbildning är det nästan som på nyårsafton. Du behöver titta bakåt. Ta sats bakåt för att komma framåt.

Dåtid

Du bär dåtiden, det förgångna, inom dig. Där finns alla dina positiva erfarenheter. Allt du är bra på. Alla dina

resurser, dina starka sidor, dina drömmar, dina förebilder, dina ambitioner och dina intressen. Din inre drivkraft. Men också dina svaga sidor och dina begränsningar.

Nutid

Summan av allt som du samlat inom dig utgör hela din personlighet. Det är du just nu. I detta ögonblick finns du här som en produkt av allt du varit med om.

Framtid

Nyckeln till framtiden finns alltså därinne. Genom att titta inåt ser du bakåt i tiden. Syftet är att komma framåt.



Det är som att spela golf. Bollen ska framåt. Men du måste ta sats bakåt. Ju bättre sving du har, desto längre flyger bollen.

Egentligen är det svårt att skilja på dåtid, nutid och framtid. Det som formade dig i dåtiden finns inuti dig i nutiden och kommer att påverka dig i framtiden.



Men ett är ändå säkert – svaret på frågan "Vad passar jag som?" finns inuti dig själv. Därför är uttrycket "Framtiden finns bakom dig" relevant även för dig som är ung. Det är där du kan hitta kraften för att komma framåt.

Roligt och tråkigt på jobbet

Frågan fick jag av ett barn för ett tag sedan. En enkel fråga, rakt på sak.

– *Vad är roligast på ditt jobb?*

Jag visste faktiskt inte vad jag skulle svara. Jag gör ju så många olika saker i mitt jobb som studie- och yrkesvägledare. Kanske det roligaste på mitt jobb är just det faktum att jag gör så många olika saker. Variationen där ingen dag är den andra lik.

Det nöjde han sig inte med, den lille killen. Han hade fått uppdraget från skolan att fråga vilken arbetsuppgift som var roligast. Han kunde inte ac-

ceptera att alla uppgifter tillsammans var roligast.

Jag fick be om lite betänketid. Det är väldigt kul när jag är på Saco:s studentmässor och pratar med flera tusen personer om konsten att välja utbildning. Det kanske är det allra roligaste. Men det gör jag bara en gång om året, så det kan jag ju inte säga till honom. Då blir det som om alla andra dagar är tråkiga. Att jag egentligen är en loser. Det vill jag absolut inte vara, och känner inte heller att jag är det.

Killen fick vänta en stund till medan jag tänkte vidare. Vad är roligast av de saker som jag gör ofta? Svaret blev lite svävande men ungefär så här:

– Det roligaste är att prata med någon om framtiden och märka att samtalet har gett honom eller henne ny inspiration.

Han var nöjd och klämde till med ytterligare en fråga:

– Vad är tråkigast på ditt jobb?

Haha, det var ännu svårare. Jag funderade länge innan jag sa:

– Möten och sammanträden som jag deltar i när jag måste lyssna på någon som mal och mal och mal på samma fråga vecka ut och vecka in.



Roligt och tråkigt – ofta

Kanske du själv ska ställa dig dessa två enkla men jättesvåra frågor när du utforskar olika utbildningar och jobb framöver:

- ✓ Vad är roligast med det här alternativet?
- ✓ Vad är tråkigast med det här alternativet?

Försök att hitta sådant som är roligt eller tråkigt ofta – inte bara en gång om året.

Det är lätt att oväsentliga och lite fjuttiga saker får spela en alltför dominerande roll i ditt val, speciellt om du inte gör någon djupare analys. Att få prata på Saco studentmessa en gång i november kunde jag inte leva på hela året. På samma sätt kan exempelvis bostadsgaranti inte väga upp ett felaktigt val. Omvänt gör inte en tråkig kurs att du måste förkasta hela programmet. En person berättade för mig hur han ringde runt till olika högskolor för att kolla upp en del saker. Det slutade med att han valde Mälardalens högskola, vilket i

sig säkert var ett bra val. Motiveringen var dock mer tveksam (om än tänkvärd ur helt andra perspektiv): ”Jag valde skolan på grund av den jättetrevliga personen jag pratade med som verkligen tog sig tid att förklara.”

Fokusera på de stora dragen, inte detaljerna! Och ta hjälp av de två frågorna ovan.

Jag läste förresten senare vad den lille killen som intervjuade mig hade skrivit. En kollega till mig är killens lärare och lät mig ta del av svaren:



Rätt yrkesval kan vara fel



Tidningen ropar ut att logopedutbildningen är rätt yrkesval. Vadå rätt yrkesval? Vad är det som är så rätt? Jo, utbildningarna håller hög kvalitet, studenterna får mycket praktik och när de kommer ut är det hyfsat lätt att få jobb. Om man också – som arbetsförmedlingen skriver, ”vill arbeta med människor i alla åldrar som har svårigheter att kommunicera” – ja, då är det ju ingen tvekan. Då är logopedutbildningen helt rätt.

Men om beskrivningen inte stämmer in på dig är det antagligen totalt fel yrkesval. Helt rätt för en person kan vara helt fel för en annan. Alla i hela världen ska ju inte bli logoped.

Sedan finns en annan liten detalj också. Du måste komma in på utbildningen. Du måste ha A och B i alla ämnen. Först då blir yrkesvalet riktigt rätt! För övrigt kan även läkarutbildningen vara helt rätt. Förutsatt att du har näst intill maxbetyg.

Gå din egen väg

USA:s före Sovjetambassadör Jack Matlock ville en gång påminna om hur olika européerna är. Då var det inte individer han pratade om utan folkslag. Så här sa han:

Låt mig ta himlen och helvetet som exempel på hur olika vi är. I himlen är brittena poliser, fransmännen kockar, tyskarna mekaniker, italienarna älskare och schweizarna bankmän.

I helvetet är brittena kockar, fransmännen mekaniker, tyskarna poliser, italienarna bankmän och schweizarna älskare.

Javisst, folkslag är olika till kynne, karaktär och temperament. Men ännu mer gäller detta självklart för individer. Det borde till exempel vara nästan osannolikt att du skulle välja samma sak som din kompis. Om ni inte är enäggs-tvillingar förstås.



Håkan Hellström sjunger:

**Du kan gå din egen väg.
Du bryt dig ut, du kan gå din egen väg. Du kan gå, Du kan gå,
Du kan gå din egen väg. Du kan gå,
Titta rakt fram, inte runtom.
Du kan gå, gå, gå, gå, gå**





Våga drömma stort

Chalmersprofessorn Jari Kinaret leder EU-arbetet med att utveckla supermaterialet grafen. När han fick nio miljarder kronor till forskningen sa han till DN:

Om vi lyckas med allt som vi förutsatt oss att leverera skulle jag betrakta det som ett misslyckande, för då har inte vår ambitionsnivå varit tillräckligt hög.

Jag blev så glad när jag läste. Det är precis så det kan fungera när vi fan-tiserar om vår framtid. Vi måste våga tänka stort, våga höja blicken. Att sikta på stjärnorna är ett bra sätt att nå till trädtopparna.

Vad vill du helst av allt bli?

Tänk om du får erbjudandet att bli vadhelst du önskar dig. Peka på ett yrke och det är ditt. Ingen begränsning. Det är bara att välja helt fritt. Men du måste bestämma dig ikväll. Vem skulle inte få beslutsångest? Att drömma är

inte det lättaste. Men gör ett försök! Ta några minuter och tänk efter. **Vad är ditt drömyrke om det inte fanns några begränsningar?**

Har du inga drömmar alls? Eller har du orealistiska drömmar? Det finns ett stort gap mellan ytterligheterna.

orealistiska drömmar



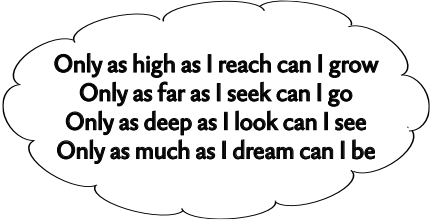
inga drömmar alls

Finns det några orealistiska drömmar? Självklart finns det hinder. Saker som talang och fallenhet tar man inte bara ur luften. Men om viljan finns kommer du långt.

Den självuppfyllande profetian

Förväntningar på dig själv har avgörande betydelse för vad som kommer att inträffa. Om du har ett mål kommer du att göra allt för att nå dit. Men hur

ska du nå ett mål som du inte ens vågar drömma om? Karen Ravn skriver:



Only as high as I reach can I grow
Only as far as I seek can I go
Only as deep as I look can I see
Only as much as I dream can I be

Jag menar självklart inte att du kan ”peppa dig själv” till vad som helst. Men du kan vara en optimist och en realist – samtidigt. Självklart kan du också vara en realist och en pessimist samtidigt. Det skulle kännas rätt tungt, eller hur? Jag är absolut inte en optimistkonsult som försöker intala dig att bara du tror tillräckligt mycket så går allt. Men jag vill inte heller sammankoppla mig med pessimistkonsulten Ronny Eriksson som på 80-talet sjöng:

Det är lika bra att sluta drömma, det går åt helvete i alla fall. För om man drömmer om Paris, hamnar man på något vis, likt förbannat i Hudiksvall (i bästa fall).

Är du beredd att satsa det som faktiskt krävs? I många fall är det nog drivkraften, kämpaglöden och viljan som fattas – inte förmågan.

Per Gessle är faktiskt en person som

nådde längre än sina drömmar. I Sommar i P1 2017 sa han:

Vi hade ingen dröm om att erövrade världen ... man vågade inte ens drömma jättestort, man drömde lagom stort liksom...

Kanske din dröm ibland mår bäst av att förbli just en dröm. Anta att du drömer om att bli hockeyproffs. Visserligen ett extremt exempel, men för att visa vad jag menar. Det är lätt att drömma om glamour och pengarna i NHL. Men är du beredd att träna minst 10 000 timmar innan du når ditt mål?

Håll dig vaken medan du drömmer

När jag var yngre paddlade jag mycket kanot. Jag var kanotledare i både Sverige och USA, men hade ingen egen kanot, utan hyrde när jag behövde. Jag ”drömde” om att köpa en kanot – ingen stor grej för det hade jag självklart kunnat göra om jag ville. Men det blev bara inte av. När jag sedan började jobba och tjäna pengar sa kompisar att jag skulle köpa min kanot, men då hade mitt intresse svalnat. Det är precis vad A.Brilliant säger:

I hope I get what I want before I stop wanting it.

Om du har en dröm idag så fråga dig imorgon om drömmen fortfarande finns

kvar. Vi förändras ständigt, så också våra drömmar. Håll därför ögonen öppna medan du drömmer!



Minns du stora stygga vargen, han som alltid jagade de tre små grisarna? Äntligen hade han fångat grisarna och skulle just stoppa dem i den kokande grytan då någon frågade: "Vad ska du göra imorgon?" Vargen blev helt svarslös. Livet skulle bli meningslöst. Det slutade med att han släppte grisarna. Man måste ha något att se fram emot.

Om du slutar att drömma så slutar du också att leva.

Varför vill du arbeta?

Fundera en stund på varför du vill ha ett arbete. Inte vilket arbete du vill ha, utan varför du vill ha ett arbete. Vill du jobba för att leva – eller vill du leva för att jobba?



En del delar upp livet i *tid att leva* och *tid att överleva*. Tid att överleva är arbetstid plus tid för att städa, tvätta, laga mat och sova. Resten är tid att leva: fredagsmyset, skidåkningen, gymmet, tv:n, restaurangen och semestern. Arbetet har alltså som främsta uppgift att ge pengar för att ha roligt när arbetet är slut. Är det så du vill ha det?

I ett diskussionsforum på nätet skriver signaturen Hallonpuck.

Varför jobbar man egentligen? Jo, för att få pengar till hyra och mat. Jag jobbar inte för att det är roligast i världen, och fick jag inga pengar, nej då skulle jag definitivt inte jobba.

Fy vad tråkig det låter. Förutom namnet tycker jag synd om Hallonpuck av en annan anledning. Det handlar om arbetets sötma, att gå till jobbet med glädje varje dag. För att det är meningsfullt och ger annat än pengar. För att det placerar mig i ett sammanhang.

Tyvärr jobbar nog många enbart för att överleva. I Sverige men kanske ännu oftare i fattiga länder. T-shirten som vi kan köpa för 49 kronor har knapast gjorts av någon som jobbar för att förverkliga sig själv. Eller tror du att följande citat är hämtat från en sömerska i Kambodja?

Jobbet spelar en central roll i min personliga utveckling. Arbetet är min passion och ett sätt att använda mina inneboende resurser. Livslångt lärande har blivit en livsstil. Arbetet är aldrig någon börda utan snarare en källa till inspiration.

Jag frågade en invandrartjej, som nyss kommit till Sverige, om hennes drömjobb, och hon svarade "städare". Senare fattade jag att hon inte fullt ut förstod frågan, men hon hade kompisar som städade och tjänade pengar. Hon

behövde också pengar. Det fria valet existerar långt ifrån alltid ens i Sverige. Men för många av oss finns faktiskt lyxen att kunna skaffa oss utbildning och jobb där vi trivs och kan förverkliga oss själva. Gör allt för att ta den chansen! Du kommer ju att tillbringa en tredjedel av ditt fortsatta liv på jobbet.

IBland testar jag folk genom att ställa frågan: "Tänk om du vann 30 miljoner. Skulle du stanna kvar på jobbet?" Jag hoppas alltid att svaret blir "ja, jag trivs så bra att jag absolut inte vill sluta". Torild Carlsson har skrivit boken: "Äntligen måndag!" Fundera över den fantastiska titeln. Jag nämnde det för en kompis som hade lite jobbångest efter semestern. Hon sa då att hon skulle ha kallat sin bok "Äntligen fredag".

En gång i tiden hörde jag ett skämt som numera inte är relevant men jag vill ändå citera det.

- Nämn tre skäl till att bli lärare.
- Juni, juli och augusti.

Det är ingen bra utgångspunkt att välja ett yrke utifrån hur lite tid du behöver utöva det.

Intressen föds i samspel med omgivningen

Intresse kan syfta på fritidsintressen som du redan har, men handlar också om nyfikenhet, motivation och vilja att upptäcka nya saker.

Vad är du intresserad av?

Efter min första praktikperiod på studie- och yrkesvägledarprogrammet frågade jag min lärare på universitetet: "Hur gör jag när en elev inte har en aning om vad den vill bli? Vad säger jag?"

Läraren tittade storögd på mig som om frågan vore jättekonstig – på en syv-utbildning. Han tänkte en stund och sa: "Fråga vad eleven är intresserad av."

Inte precis något uttömmande svar av min lärare! Kanske ville han att jag skulle tänka själv. Men jag tror faktiskt än idag att han inte visste vad han skulle säga.

Rådet "välj det du är intresserad av" är ganska innehållslöst. Det är ju just det som är problemet. Jag vet inte vad jag är intresserad av. Om jag hade ett superintresse skulle jag inte behöva fundera. Intressen förändras också över tid. Kan-

ske gillade du historia eftersom läraren var bra, men när läraren blev utbytt så försvann också intresset. Något annat ämne kanske du var fullständigt ointresserad av innan du faktiskt började läsa det.

Djupa och ytliga intressen

Okej – börja med att fundera kring dina intressen. Fråga dig sedan om de är tillräckligt djupa för att ligga till grund för framtiden. Att instagramma eller kolla på en tv-serie är kanske lite väl ytliga intressen att bygga vidare på. Men nonchalera dem inte helt – de kan ändå föra in tankarna åt ett visst håll.



Dagens Nyheter ställde en fråga till några skidåkare: "Vilken idrottare läser du helst om?" Marcus Hellner verkar inte precis ha valt sitt yrke som skidåkare efter intresse. Han sa: "Jag kan inte

svara på det, jag är inte så idrottsintresserad.”

Ibland kanske ett intresse ska förbli just ett intresse. Det upplevde jag själv när jag ritade orienteringskartor på fritiden. Ett ensamliv i skogen, en avkopplande reträttplats från vardagens intensiva jobbkontakter. Sedan började jag arbeta med kartorna på heltid. Ensam i skogen hela dagarna utan någon att prata med. Det blev för mycket av det goda, även om jag gjorde ett 30-tal orienteringskartor innan jag slutade för gott.

Om du vill sammanfatta dina intressen kan du fundera över följande frågor och sedan analysera svaren:

- ✓ Vad gör du på fritiden?
- ✓ Vad gillar du mest i skolan?
- ✓ Vad väcker din nyfikenhet?
- ✓ Vad läser du?
- ✓ Vad använder du datorn/telefonen till?
- ✓ Vem beundrar du och varför det?
- ✓ Vem skulle du vilja vara med på en öde ö?
- ✓ Har du något motto eller favoritord-språk?
- ✓ Har du några politiska eller religiösa ideal?



Finns det något du brinner för?

Ordet ”intresse” får en djupare dimension om du istället säger ”min inre drivkraft” eller ”det jag brinner för”. Självklart kan det vara idrott lika väl som att spela ett instrument, att vara engagerad i kyrkan, att ha ledaruppdrag i någon förening eller att ”skruva” i en bil hemma i garaget.

Om du har en inre drivkraft har du redan ett superintresse. Om du brinner vet du det redan.

Men om du inte brinner? Då känns det lite konstigt att säga till dig själv: ”Jag måste hitta något att brinna för.” Då kanske du istället behöver tänka med fötterna.



Tänk med fötterna

Sitt inte inne när allt hopp är ute!

Ett småklurigt citat om att intressen växer bäst i samspel med omgivningen. Det är svårt att bara sitta i en skön stol och tänka på framtiden. Du behöver komma ut. Testa dina tankar mot någon annans. Bolla dina galna idéer med någon. Få lite motstånd – eller medhåll. Prova på saker och se om du trivs.

Att sitta för sig själv och grubbla kan nära nog paralysera. Tänk istället med

fötterna. Gör något! Det är först när du engagerar dig som du kan börja brinna. Och det är då du märker hur omgivningen reagerar. När du får respons på det du gör. När någon säger: "Du är fantastisk på att ta folk. På att lyssna. På att leda en grupp." Eller vad det nu kan vara som du är bra på. För alla är bra på något. Men ibland måste du pröva på lite olika saker för att få veta vad du är bra på.

Att tänka med fötterna är att vara med i elevrådet. Att engagera dig ideellt i en förening. Att bli ansvarig för fotbolls-

cupen. Att sommarjobba på en fabrik. Att vara politiskt aktiv. Att resa jorden runt. Att byta däck på bilen eller måla om huset. Att hjälpa en kompis med en jobbansökan. Att hälsa på gamla mor-mor på ålderdomshemmet. Att träna på Friskis & Svettis. Att gå en språkkurs. Att sjunga i kör. Att sticka ut hakan på Twitter. Att blogga.

Att tänka med fötterna är också att prata med studie- och yrkesvägledaren. Eller att prata med en kompis mamma om hennes yrke. Eller att gå på Saco-mässan och universitetens öppna hus. Det är i sådana miljöer som nya tankar väcks.

Öppet hus förändrade livet

Umeå Universitet inbjöd till öppet hus och vi på skolan ordnade bussresa. En tjej med ganska dålig koll på utbildningar började prata med studenter och lärare vid ett bokbord för biomedicinska analytiker. Hon visste då ingenting om detta yrke, men nu, fem år senare, är hon klar, har jobb på sjukhuslabb och trivs jättebra. Allt började med att hon slutade grubbla, reste sig från stolen och drog ut på upptäcktsfärd. En forskare säger:

Att upptäcka en utbildning i ens smak, det är att upptäcka sig själv, det är att upptäcka vad man vill.

Den judiske professorn Ofra Nevo berättade en historia som illustrerar hur viktigt det är att tänka med fötterna:

Moishe prays to God every day that God should help him win the lottery. After praying for three months he becomes desperate and starts arguing with God: "God, I am a poor man. My family needs the money. I am a good observing Jew. I obey all the commandments. Why won't you let me win the lottery?" Finally a voice from heaven booms out: "Moishe, first you have to buy a ticket."

Ta fram barnet inom dig

Jag frågade några lärare på mitt jobb hur de tror att det oftast går till när någon kommer för vägledning inför sin framtid.

Svaren blev ungefär som jag trodde – en beskrivning av "vuxenmodellen", det traditionella sättet att fatta beslut. Om man inte redan har ett mål i sikte så skaffar man det först. En dröm där borta, en punkt att nå fram till. Därefter handlar man, utför lämpliga åtgärder för att nå målet.

Visst finns det många som redan har ett intresse och ett mål när de kommer. Det

brukar vara de som frågar:

- Hur blir jag flygledare?
- Vad behöver jag läsa in för att bli ingenjör?
- Vilka betyg krävs för att bli logoped?

När jag möter en sådan person gör vi tillsammans en plan som ska leda till målet.

Men många har varken en dröm eller ett mål. Det är de som säger:

- Kan du hjälpa mig, jag vet inte vad jag vill.
- Jag önskar jobba med människor men vet inte vad som finns.
- Jag har så många intressen att jag inte kan bestämma inriktning på mitt liv.

Då kan det vara dags att ta till "barnmodellen". För det är just vad det innebär att tänka med fötterna. Det är egentligen att vända på det traditionella sättet att fatta beslut. Du prövar och ser vartåt det bär.

- Börja läs franska så får du se vad du tycker.
- Ta några gitarrlektioner så märker du om du gillar att spela.
- Testa en gång på gymmet innan du bestämmer om du vill fortsätta.
- Prova morötterna, de är sååå nyttiga.



Det är så barn upptäcker nya saker. Kanske det är just så du behöver göra för att lära känna dig själv och upptäcka dina intressen och dina talanger.

Han bytte modell

Jag träffade en kille på komvux som först provade vuxenmodellen men sedan övergick till barnmodellen. Han hade ett mål att plugga naturvetenskap på SLU. Behövde läsa in basåret för att bli behörig. Så långt vuxenmodellen. Nu barnmodellen: Samtidigt som han läste på komvux engagerade han sig i elevrådet, blev till och med dess ordförande. Han upptäckte hur duktig han var på att organisera, planera och hålla möten. Det hela slutade med att han övergav sina naturvetenskapliga planer (tråkigt tyckte säkert en del, för

där skulle säkert ledaregenskaperna också komma till sin rätt). I vilket fall sökte han sig istället till Personalvetarprogrammet och är nu HR-chef på ett företag.

Han hade ett mål men var öppen för nya mål längs vägen!

Bygg på dina starka sidor



Nja...kanske inte så mycket att bygga på

Ett ganska självklart råd är att bygga framtiden på dina starka sidor. Vilka är de? Kanske du lättare kan peka ut vilka de inte är? Jag är övertygad om att alla är bra på något om vi slutar tro att vi måste vara världsbäst på det.

Du kan ta hjälp av dina föräldrar. Många säger att de inte ska styra valet, men självklart vill föräldrarna sina barns bästa, så en seriös diskussion rekommenderas. Föräldrarna har ju sett vad du är bra på under hela din uppväxt. Kompisar som du känt "i alla år" borde

också kunna tala om vad du är bra på.

Försök med några få meningar sammanfatta vad du är bra på. Att sätta ord på detta är minsann inte så lätt som det låter. Du kan ställa följande frågor till dig själv:

- ✓ *Vilka egenskaper hos mig uppskattas av vänner och familj?*
- ✓ *Finns det något som andra brukar be mig om hjälp med, för att jag är bra på det?*
- ✓ *Har jag någon speciell talang, någon medfödd förmåga?*

Naturligtvis ska vi försöka förbättra även våra svaga sidor, men det betyder inte att vi ska bygga framtiden på dem. Snarare bör vi undvika utbildningar och yrken där sådana sidor betonas starkt. Baskettränaren John Woodens ord passar bra:

Låt inte det du inte kan göra stå i vägen för det du kan göra.

För övrigt hörde jag om en kille som lär ha sagt i en anställningsintervju: "Min starkaste sida är min självinsikt. Några svaga sidor har jag inte vad jag vet."

Tänk en extra gång

Som alltid finns det ett stort MEN – vi förändras och mognar ständigt. Så det är inte självklart att välja bort allt som

är svagt. Själv hade jag stor talängslan i tonåren. Det var jättejobbigt att hålla ett föredrag till och med i min egen klass. Nu älskar jag att vara på Saco studentmässor och prata inför hundratals människor. Dock är det inte just grejen att prata inför folk som jag gillar. Det som fascinerar mig är istället de teman som jag pratar om, till exempel att bygga på sina starka sidor utan att helt nonchalera de svaga.

Vad bär du i ryggsäcken?



Du kanske aldrig har reflekterat över vad som finns i din ryggsäck. Eller har du inte velat tänka på det? *"Jag påverkas inte av något, jag har min fria vilja och bestämmer helt själv"*. Nja, gräv lite i ryggsäcken så hittar du nog ett och annat som styr dig.

Hela din personlighet finns där. Dina intressen är bara en av sakerna. Dina egenskaper, dina politiska och reli-

giösa värderingar, din begåvning, din självuppfattning, dina ambitioner och drivkrafter, dina styrkor och svagheter.

Det som oftast tas fram i media är **social bakgrund** (din uppväxt och dina föräldrars utbildning och yrke), **genus** (killar och tjejer väljer sååå olika även idag) och **etnicitet** (elever med invandrarbakgrund har ofta sämre kontaktnät och kunskaper om skolsystemet).

Betygen ligger också i ryggsäcken. De kan vara lätta att bära – eller tunga som bly.

Man kan också vidga begreppet ryggsäck och se vad som trycker på utifrån. **Reklam** är självklart styrande. Varför skulle annars skolor och arbetsgivare satsa så mycket kraft och pengar på att få dig intresserad? Reklam och information ligger ibland farligt nära varandra, och går det långt kan det bli ren propaganda från både myndigheter och branscher. Arbetsmarknadsprognoser (var finns jobben i framtiden?) är ännu en form av påtryckning.

Skolan och livet hör ihop

Ibland hör jag folk säga att skolan är en förberedelse för livet. När du väl har slutat skolan börjar själva livet. Då träder du in i verkligheten. Man kan höra

uttryck som "skolans värld" och "den riktiga världen".

Börjar den riktiga världen efter gymnasiet? Eller kanske inte förrän efter universitetet? Eller måste du först ha skaffat ett jobb? Ett fast jobb kanske? Eller ska du också ha en villa, en Volvo och en vovve innan du lever på riktigt?



Självklart finns det poänger i detta resonemang men förhoppningarna är väl ändå att skolan och världen utanför går hand i hand. Ibland ser du kanske inte vad derivatan i matte ska användas till eller hur Platons filosofiska dialoger under historiektionerna hör ihop med framtiden. Men förhoppningsvis kommer du förr eller senare att se nyttan.

Några intressanta ämnen måste du ju ha läst under dina tre år på gymnasiet. När du ska välja till universitet är det därför

logiskt att ställa dig frågan: "Vilka skolämnen gillar jag?" Rangordna dem, exempelvis så här:

1. *Samhällskunskap*
2. *Svenska*
3. *Engelska*
4. *Historia*
5. *Religionskunskap*

I exemplet gillar du samhällskunskap mest. Kan du fortsätta att odla det intresset i framtiden? I vilka utbildningar får du fördjupa dig i samhällsfrågor?

Börja med intresseområden

Du får bra hjälp av högskolornas webbsidor. Det verkar nämligen som om många högskolor har tänkt precis som du – ämnesvis – när de strukturerade upp sina utbildningar. Kolla på deras webbsidor så ser du själv. Länken kanske inte heter exakt "Samhällskunskap" men något ditåt i alla fall. När du väljer en sådan länk får du fram vitt skilda utbildningar som ändå har samhällskunskap som gemensam kärna. Du utgår alltså från intresseområden snarare än att börja leta efter enskilda program.

Några högskolor har varit betydligt mer strikta och bara radat upp programmet i bokstavsordning. Det passar inte precis in i den här tankemodellen, men skolan kan ju vara bra för det.

Bygg alltså på det som är roligt i din nuvarande värld. Det kommer att vara roligt också i din nästa värld.

Jag vill jobba med människor

En vanlig inledning på ett vägledningssamtal:

- Jag vill jobba med människor.
- Min omedelbara motfråga blir då:
- Hur vill du jobba med människor?

En mer ovanlig fortsättning på samma samtal:

- Ehh... jag vill skära i dem.
 - Okej, då är det obducent du ska bli.
- De jobbar bokstavligen talat med människor.

Såg förresten i ett yrkestest att frisör rankades som i första hand ett socialt yrke. Kontakten med människor var allra viktigast. Konstnärlighet, estetisk förmåga och praktiskt kunnande var självklart också viktiga men kom ändå i andra hand.



Ibland förväntar sig personer att jag ska rekommendera ett "människoyrke". Då brukar jag provocera lite genom att föreslå veterinär. Jag har en kompis som är veterinär. Hon måste alltid föra ingående samtal med människor, och vara väldigt lyhörd, då djuren själva inte kan göra sina röster hörda. Hon säger att hon jobbar mer med människor än med djur.

Människor som behöver stöd

Många syftar nog ändå på yrken där människor behöver hjälp i någon utsatt situation. Kanske yrken som socialsekreterare, kurator, psykolog, behandlingsterapeut eller varför inte studie- och yrkesvägledare. Det är yrken där du kan hjälpa andra till ett mer meningsfullt liv. Ett socialt arbete där du är i överläge, alltså "experten" som ger hjälp och service.

Människor som behöver vård

Vi har självklart också sjukvårdens alla yrken, som några dock utesluter då patienterna är gamla och sjuka även på kvällar och nätter, när man själv vill vara ledig.

Människor som är unga

Motfrågan ”vilken ålder vill du jobba med?” ställer det hela i en ny dager. ”Jag vill jobba med barn”. Då kommer plötsligt förskolan och skolan in i bilden.

Människor som är arbetskamrater

Sen kommer alla yrken där du kan jobba med människor i en mer jämställd situation. Ni är arbetskamrater helt enkelt. På kontoret, i fabriken, på brandstationen, i projektgruppen, på restaurangen. Kanske du då jobbar tillsammans med människor snarare än med människor.

Nästan alla jobbar med människor – och datorer

När du säger ”jag vill jobba med människor” säger du egentligen ”jag är öppen för nästan alla jobb som finns att få”. Du tänker brett! Kanske lite väl brett. Men inte är du så mycket smalare om du istället drar till med ”jag vill jobba med datorer”.



Mina svar blir som sagt: *Hur* vill du jobba med människor? *Hur* vill du jobba med datorer?

”Jag vill inte jobba med människor”



Du kanske förresten säger precis tvärtom – jag vill inte jobba med människor. Ensamarbeten är inte så lätt att hitta, men jag tänker i alla fall spontant på några yrken med åtminstone ”lågintensiv” kontakt: väktare, lokförare, långtradar-chaufförer, hotellstädare, tidningsbud, skogsmaskinförare och författare. Men jag kanske har fel?

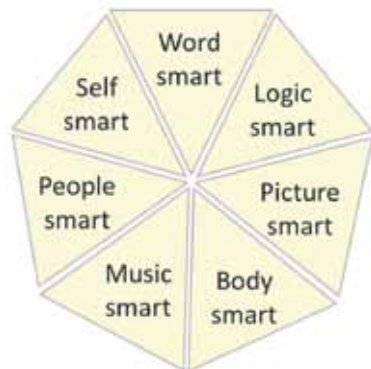
Hur är du intelligent?

Det är en självklarhet att vi ser olika ut, har olika röst och skiftande ögonfärg. Självklart är vi också bra på olika saker. Vi gillar olika ämnen. Vi tittar på olika tv-program. Eller mer anpassat till framtidens karriär – vi passar för olika yrken.

Tänk om alla blev kockar, vem skulle orka äta upp all mat? Eller om alla blev bloggare, vem skulle orka läsa? Så är det ju förresten redan idag.

I början av 80-talet identifierade professor Gardner sju olika sorters begåvningar. Senare har han diskuterat ytterligare några (Nature smart, Existential smart, Pedagogical smart). En av hans ofta citerade fraser är:

Det handlar inte om hur intelligent du är, utan om hur du är intelligent.



I diagrammet visas de olika begåvningarna. Du har troligen alla i större eller mindre omfattning, men du kanske också kan säga att någon framträder starkare än en annan.

Word smart

Du har "språköra" – god förmåga att tala, läsa och uttrycka dig skriftligt, stort ordförråd och lätt för att lära dig främmande språk.

Logic smart

Du gillar matte och problemlösning, och är bra på att analysera och dra logiska slutsatser. Du ser sammanhang och mönster, och kan hålla tidsplaner.

Picture smart

Du har känsla för färg och form och har lätt för att föreställa dig abstrakta saker.

Du är bra på att bedöma avstånd och att orientera dig, kan se sambandet mellan kartan och verkligheten.

Body smart

Du behärskar din kropp och är duktig på att arbeta med händerna. Några nyckelord är koordination, balans, fingerfärdighet, styrka och smidighet. Du har förutsättningar att bli bra i idrott, dans och andra fysiska utmaningar.

Music smart

Du gillar att både lyssna på, och själv utöva, musik. Du är bra på att känna igen melodier. Du har känsla för rytm, tonhöjd, melodi och klangfärg. Du är helt enkelt musikalisk.

People smart

Du är bra på att uppfatta signaler hos andra och har känsla för hur man beter sig i olika situationer. Du är en god lyssnare och är lyhörd för andras problem. Du kan läsa av andras ansiktsuttryck, röstlägen och gester, och agera utifrån det.

Self smart

Du är mycket medveten om dina starka och svaga sidor, och kan handla i olika situationer utifrån den bilden. Du förstår dina egna reaktioner och känslor och vad som är bra eller dåligt för din egen person.

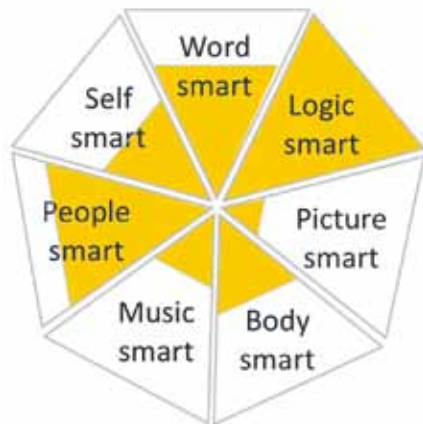
Var finns din intelligens?

I was a smart young guy who didn't do very well in school. I didn't fit in, my intelligence was elsewhere.

Citatet av Bruce Springsteen visar att han inte passade in riktigt i skolan. Var anser du att hans intelligens finns?

Och det viktigaste – var finns din?

Gör en "profil" av dig själv, ungefär som jag försökt göra i figuren. Då ser du hur du är intelligent.



Ibland får jag frågan: Måste jag vara smart för att plugga på högskolan? Eller omvänt: Måste jag ha högskoleutbildning för att vara smart?

Högskolestudier innebär ofta att ta till sig stora textmängder, att kunna studera självständigt och att tänka logiskt, så det är väl ingen tvekan om att wordsmarta och logicsmarta personer har en fördel. Men jag skulle vilja svara så här: Om du fixar antagningskraven, som ofta

är en avklarad gymnasieexamen, så är du definitivt smart nog att börja plugga på högskolan. Sedan måste du självklart fundera över var du kommer bäst till din rätt. Det gäller att utnyttja dina starka sidor. Det finns andra vägar än högskolestudier även för smarta.

Vem är din förebild?

För ett litet barn är föräldrarna de stora förebilderna. De vet allt och kan allt. Under uppväxten skiftar sedan våra idoler. Idrottsstjärnor, sångare, popgrupper, kanske även politiker och lärare eller varför inte "vanliga" människor som man får förtroende för.

Gör övningen

1. Tänk på en person som du beundrar

Det ska vara en person som du är bekant med på något sätt. Någon du känner personligen eller en kändis som du aldrig själv har träffat, men som du vet en del om.

2. Skriv två egenskaper som den personen har

Egenskaper är karaktärsdrag som exempelvis generös, intelligent, modig, försiktig, påhittig, eftertänksam eller lyhörd för andras åsikter. Eller tusen andra saker.

Svara på båda frågorna innan du fortsätter läsa! Annars förlorar du syftet med övningen.

Nu kommer själva poängen med den här övningen.

Egenskaper du beundrar hos andra har du ofta själv – eller vill ha.

Det betyder alltså att du har skrivit ett antal egenskaper som du själv bär på. Du har beskrivit hur du är som person. Studera egenskaperna igen och kolla. Stämmer de in på dig? Vill du lägga till några ytterligare?

När du ska välja utbildning och yrke är det bland annat dina egenskaper som du matchar mot det som finns att välja på. Vad du har gjort är alltså att du har beskrivit dig själv.



Mormor har alltid varit ett föredöme

Föräldrarna är ofta förebilder

Om vi återvänder till föräldrarna som förebilder så är de faktiskt större idoler än många tror. "Mina föräldrar har inte påverkat mitt val" är en vanlig inställning. Men självklart har hela uppväxten påverkat oss. Det sociala arvet är starkt. Förr var det mycket vanligt att ärva sitt yrke per automatik. En bondpojke tog över gården medan ett läkarbarn blev läkare.

Enligt färsk statistik väljer fortfarande var tionde barn något av sina föräld-

rars yrken. Bland arbeten som kräver högskoleutbildning utmärker sig yrken inom medicin och vård. Att Alex från Solsidan jobbar som tandläkare är alltså inte speciellt konstigt med tanke på att hans pappa också var tandläkare. En kille från Donsö utanför Göteborg, som precis läst klart sin utbildning på högskolan, sa så här i en tidningsintervju 2017 – just det – 2017. "Jag och min bror är de första männen i vår släkt sedan tidigt 1700-tal, vilket är så långt vi kommit i släktforskningen, som inte är sjömän eller fiskare i synnerhet."

Om det sedan handlar om att föräldrarna är förebilder eller inte kan man alltid fundera över. Att välja samma yrke som en förälder kanske bara är det enklaste valet. Deras yrken är helt enkelt de yrken man känner bäst till. Man har dessutom de sociala kontakterna som krävs för att nå målet. Men när Allastudier, se frågade en tjej varför hon följde i sina föräldrars yrkesfotspår gav hon ett svar som är bland det finaste jag hört, åtminstone i rollen som pappa:

Mina föräldrar har alltid tyckt det har varit roligt att gå till jobbet och jag har fått en bra inblick i vad yrket innebär och vilka utvecklingsmöjligheter som finns.



Hinder och möjligheter hör ihop

Att prata om hinder låter negativt. Men i varje hinder kan du också se en möjlighet. Varje hinder du möter ger dig en chans att välja.

Vill du ta dig över hindret?

Hinder som upplevs stora kanske inte alls är svåra att ta sig över efter lite fun-

derande. Ett samtal med någon kan göra att du ser din situation med nya ögon. "Jag kan inte flytta för min pojkvän bor här i stan" är ett "oöverstigligt" hinder som jag har hört flera gånger. Det värsta var ändå "jag kan inte flytta för min kanin bor i stan". När jag fördeslog att ta med kaninen fick jag ett stort leende tillbaka: "Det hade jag inte tänkt på".



Ibland måste du runda de värsta hindren.

Är det bättre att ta ett sidospår?

Ibland är det bäst att inte ge sig på de värsta hindren. Om du vill använda din personlighet på bästa sätt finns det självklart utbildningar och yrken du bör undvika. "Du kan bli vad du vill" sägs ibland lite småhurtigt. Det är en klyscha som i ärlighetens namn inte riktigt stämmer. Vi har alla våra begränsningar, och några av dem kanske aldrig går att komma över. Men man kan också vända på resonemanget – jag skulle troligen ändå inte passa för det oåtkomliga. Världens bästa tjej skulle inte passa mig, för jag är inte världens bästa kille.

Att benämna det som hindrar dig är första steget för att komma över hindret. Ett ordspråk säger:

**Lär känna din fiende
för att kunna besegra honom.**

Här är några vanliga typer av hinder när du ska välja utbildning.

Fysiska hinder

Här handlar det bland annat om funktionshinder, ADHD, dyslexi, dålig kondition, defekt färgseende, för hög eller till och med för låg ålder.

Psykologiska hinder

Detta kan handla om ditt självförtroende. Eller har du kanske en felaktig uppfattning om din egen förmåga? Råkar du vara inne i en period där känslor för stunden påverkar allt du gör? Det kan också vara tankebegränsningar till följd av social bakgrund (föräldrars utbildning och yrke) eller genus. Social bakgrund och genus är faktiskt de enskilt största krafterna som begränsar dig. De hindrar vidgade vyer. Kom ihåg att den begränsningen bara finns i ditt eget huvud. Men det är inte så bara.

Personliga hinder

Detta är hinder av mer privat karaktär som kan stoppa dig. Du kanske inte är beredd att bryta upp från familjen, pojk/flickvännen, sällskapsdjuret, föräninglivet eller kompisarna. Om du är lite äldre kanske du hunnit skaffa egna barn, hus och fast jobb.

I vår västerländska kultur är vi oerhört individcenterade. Vad passar mig? Vad vill jag? I många andra kulturer betonas familjens, släktens och gruppens önskemål på ett helt annat sätt. Här måste du i alla fall fråga dig vilka hänsyn din omgivning kräver.

Formella hinder

Här krockar individens vilja med samhällets. Staten och skolorna bestämmer antalet utbildningsplatser. Du kanske

har för låga betyg eller ett högskoleprov som inte räcker. Eller har ditt drömjobb en alltför dålig arbetsmarknadsprognos? Det kan också handla om otillräckliga förkunskaper som du kanske måste läsa in på komvux.

Ekonomiska hinder

För vissa udda utbildningar ges inget studiestöd. Även om du får pengar från CSN kanske du tycker att det inte lönar sig att plugga. Eller har du inte råd? Den som har haft ett jobb och vant dig vid mycket pengar kan uppleva det jobbigt att börja plugga. Har du dessutom skaffat lägenhet, bil och andra dyra prylar gör det inte saken lättare. Krävs det att åka utomlands kan du lätt få punga upp med några hundra tusen.

Geografiska hinder

Är avståndet till utbildningsorten för långt? Måste du till och med utomlands om du ska nå ditt mål?

Andra hinder

Finns det ytterligare saker som håller dig borta från studier? Saknar du nödvändiga kunskaper om utbildningssystemet? Saknar du kontaktnät? Upplever du att ditt val inte faller i smaken hos kompisar eller föräldrar? Orkar du bara inte ta tag i valet när det är så mycket att välja på? Om du inte vet vad du vill är det naturligtvis också ett stort hinder.

Anteckna och begrunda

Skriv ner dina eventuella hinder. Ta ställning till om du vill ta dig över. Var i så fall konkret och beskriv hur det ska gå till i praktiken.

Hinder	Mitt hinder	Vill jag över?	Om ja, hur gör jag?
Fysiska	Har dyslexi	ja	Finns anpassad litteratur?
Psykologiska	Låg lön i "tjej-utbildningar"	ja	Väga tänka annorlunda
Personliga	Vill inte lämna min kanin	ja	Ta med kaninen
Formella	Låga betyg	ja	Testa högskoleprovet
Ekonomiska	Rädd för lön	ja	Kan jag jobba?
Geografiska	Kan inte flytta	ja	Finns distansutbildning?
Andra	Dålig koll på utbildningar	ja	Kontakta SYV

När betygen inte räcker

Har du kanske E i de flesta kurser från gymnasiet? Tyvärr räcker det inte alltid till "helt vanliga" utbildningar typ sjuksköterska, socionom och civilekonom. Följ checklistan om du ändå vill gå vidare mot ditt mål.

Ämne	Resultat	Gräns
Svenska	5	4
Engelska	5	4
Matematik	5	4
Psykologi	5	4
Fysik	5	4
Biologi	5	4
Historik	5	4
Geografi	5	4
Musik	5	4
Konst	5	4
Idrott	5	4
Engelska som andraspråk	5	4

1. Högskoleprovet är din bästa chans.

Gör en seriös satsning, inte någon halvhjärtad förberedelse kvällen innan. Avsätt flera månader. Träna på gamla prov tillsammans med

en kompis. Sätt klockan, svara på samtliga frågor. Rätta. Gå tillbaka och analysera varje svar, både de rätta och de felaktiga. Varför blev det fel? Varför blev det rätt? Bestäm i förväg hur varje delprov bäst ska angripas. Ska du exempelvis läsa frågorna eller texten först i delproven LÄS och ELF?

2. Kan du höja betygen? Om du ligger nära gränser kan detta var ett alternativ.

Men har du exempelvis 11 i betygssnitt och lägst antagen har haft 17 de senaste åren är det här ingen framkomlig väg. Meritpoäng i engelska, matte och språk ger bäst utdelning. Kolla sedan kurser med E-betyg. Grundkurser typ Matte 1 är större chans att höja än Matte 2. Det är prövning som gäller i detta fall, så någon lätt väg är det inte.

3. Sök i hela Sverige. Av någon (inte helt oförklarlig) anledning brukar antagningspoängen vara lägre ju längre norrut i landet du kommer, eller kanske rättare, ju längre från storstäderna du kommer.

Sjuksköterska finns på 40 ställen i landet och du måste inte plugga i Stockholm.

4. Sök på våren. Ibland skiljer antagningspoängen. De flesta studenter (och även de flesta utbildningar)

startar på hösten, men några startar faktiskt även på våren.

5. **Sök en liknande utbildning.** Som exempel kan en mindre högskolas kandidatprogram i ekonomi vara ett bra alternativ till det stora universitetets civilekonomprogram. Även på yrkeshögskolan finns många utbildningar inom ekonomi. IT-utbildningar är ett annat exempel, där utbildningar på både universitet och yrkeshögskolan i slutändan kan leda mot samma yrke.

6. **Sök utomlands.** Ett vanligt exempel är den som vill bli läkare och inte kommer in i Sverige. En engelskspråkig examen från ett EU-land är gångbar även i Sverige. Problemet här är självklart money money då terminsavgifterna utomlands kan bli rätt höga.

7. **Tänk om och ändra karriärmål** som sista utväg. Att lämna sin dröm är hårt, så det här måste bli den absolut sista lösningen.

Prova ett test

Du är unik. Därför finns det bara en utbildning för dig där du kan blomma ut fullständigt. Gör ett test för att hitta denna enda utbildning. Nej, nej, nej – fullständigt fel! En övertro på tester är vanligt. Det är jätteskönt när något eller någon utomstående bestämmer vad du passar till.

Min upplevelse är att ett test kan hjälpa till att få igång tankarna. Men många lämnar testet mer förvirrade än när de

kom. Och det är bara bra. Förvirring är första steget på väg mot något nytt.



Du har svaret

Ibland hör man att någon "är född till

ledare” eller ”är född till artist”. Kanske du också är född till ett visst yrke?

Finns det något i ditt inre som motsvaras av ett yrke därute? En matchning alltså, ungefär som en dejtingsajt. Lika söker lika!

Det är faktiskt du själv som vet bäst vad du passar för. Svaret finns någonstans därinne. Djupt inne i dig själv. Var skulle det annars finnas? Tester kan självklart hjälpa till att ta fram det till ytan. Men det är inte testet som talar om vad du ska bli. Det är du som talar om för testet vad du ska bli. Svaret kan likaväl finnas i ett samtal. Eller i botaniseringen bland webbsidor. Eller varför inte i ett studiebesök eller en praktikperiod. Eller bara när du vistas i olika miljöer och känna in atmosfären.

För och emot tester



Här är mina bästa argument för att du ska testa dig

1. Det är ett väldigt konkret och roligt sätt att ta sig an studie- och yrkesvalet.
2. Du får fart på tankarna – nästan som brainstorming.
3. Du upptäcker nya yrken som tidigare var helt okända för dig.
4. Resultatet är ett mycket bra diskussionsunderlag med kompisar och vägledare.



Och här är mina argument mot en övertro på tester

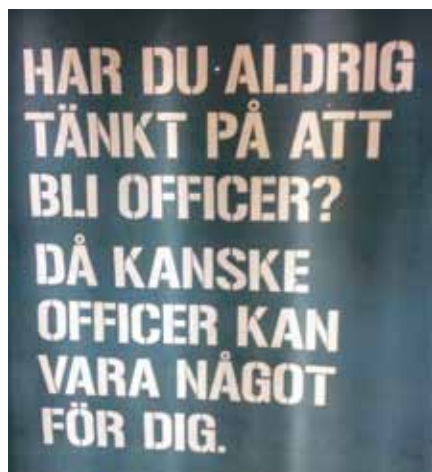
1. Tester fokuserar ofta på nutid. De ger inte utrymme för drömmar.
2. Yrken förändras och utvecklas hela tiden. Det gör vi också.
3. Arbetsuppgifterna inom samma yrke varierar stort.
4. Tester uppmuntrar inte till att prova nya saker
5. Frågorna upplevs ibland irrelevanta, typ ”Gillar du att städa ditt rum?”.
6. Vem har gjort testet? Finns det några intressen bakom?

Den sista punkten blev oerhört tydligt i ett webbttest från en privatskola med bara några få utbildningar. Hur jag än svarade var något av deras program perfekt för just mig. Inte så konstigt kanske, men ändå.

Ett universitet hade för några år sedan ett webbttest med 25 frågor. Svartalternativen var Gillar väldigt mycket – Gillar mycket – Neutral – Gillar lite – Gillar inte alls. Jag provade att svara Gillar inte alls på alla frågorna. Testet föreslog då att jag borde söka till samtliga utbildningar på universitetet.

”Tester uppmuntrar inte till att prova nya saker” skrev jag som punkt 4. Det

illustrerades väldigt tydligt av försvarsmaktens reklamkampanj för några år sedan:



Sammanfattningsvis: Testa dig! Kom dock ihåg att ett test är... ett test.

Ibland blir det fel

När arbetsförmedlingen startade sina första öppna test på papper (och senare på webben) kastade sig många helt okritiskt över dem. Äntligen ett verktyg som talar om vad jag skulle bli. Och alla skulle de bli begravningsentreprenörer!

Det är faktiskt sant. I ett matchningstest är alla yrken knutna till olika egenskaper och intressen. Svarar du att du är bra på att lyssna föreslår testet människovårdande yrken. Om du säger dig

ha känsla för ekonomi föreslår testet jobb med siffror. Om du beskriver dig som praktiskt lagd får du fram yrken där tummen inte får sitta mitt i handen. Just begravningsentreprenör var ett yrke som hade klassats i alla kategorier – du måste ha lite av varje av allting. Och plötsligt fylldes världen av blivande begravningsentreprenörer...

Låt testa dig



Hur gör du när du testar dig? Kanske som de flesta. Du svarar pliktskyldigast på alla 100 frågorna, trycker på resultatknappen och kollar nyfiket på skärmen.

Nästa månad gör du testet igen. Undrar om det blir samma resultat? Jodå, du svarade ungefär likadant på frågorna. Hur skulle du annars svara? Du tycker ju att du är duktig på att lyssna, så det blir samma poäng som förra gången. Och du hatar fortfarande att rensa ogräs i trädgården, precis som förut.

Det är du ensam som svarar på alla

frågorna utifrån hur du ser på dig själv. Men tänk om du inte känner dig själv! Tänk om det bara är ditt dåliga självförtroende som säger att du är kass på att tala inför folk. Eller kanske du tror att du är världsbäst på att leda andra, men det har ingen annan märkt.

Har du en kompis du känner väl? En som följt dig några år i livet. En som vet vem du är, både utanpå och inuti. Då är det dags att ta hjälp. Eller förresten, det går också bra med en förälder. En person som har stått vid din sida under hela livet. Som vet allt om dig.

Låt kompiserna sätta sig vid datorn och svara på alla frågorna. Men det ska handla om dig. Kompisen svarar alltså i ditt ställe.

1. Är du bra på att skriva? Ja, hon får högsta betyg.
2. Kan du tala inför folk? Hon är suverän, jag blir tårögd varje gång.
3. Gillar du att meka med cykeln? Nej, nej, nej, aldrig i livet, hon kan inte ens pumpa däcket.

Fortsätt hela vägen. När kompiserna trycker på "Visa resultat" är det en utomstående som bedömt dina starka och svaga sidor. En som känner dig väl. Som vill ditt bästa. Som kan vara ärlig utan att på något sätt behöva kritisera dig.

Blev det annorlunda?

När du låter din kompis testa dig på det här sättet kommer ni fortfarande att vara vänner. Det här är inget man blir ovän av. Att säga rakt ut till någon vad du tycker kan vara okänsligt, men här vävs det in i frågorna och blir till en profil där egenskaper och yrken lyfts fram på ett positivt sätt.

Saco och arbetsförmedlingen har tester

Gör Sacos test "Vad passar jag som" på saco.se, där du får tips på akademiker-yrken. Vill du få förslag på alla typer av yrken ska du göra arbetsförmedlingens test. Det är stort och genomarbetat men har fått det något fantasilösa namnet "Intressetest".



Inför ett val behöver du bredda perspektiven, vidga framtidsvyerna. Om du tror att du vet vilka alternativ som står till buds tror du antagligen fel. Där ute finns saker som du aldrig hört talas om. Det gäller att titta UTÅT!



Det här finns att välja på

Siffrorna i figuren är uppradade huller om buller. Om jag ber dig plocka ut alla fyror tar det lite tid. Det blir lättare om jag markerar dem med rött, som i högra delen. Då får du struktur. 4:or i rött, 5:or i gult, 6:or i blått. Samma sak när du tittar efter utbildningar. De blir lättare att greppa om du grupperar dem på något sätt.

24368945	24368945
76943289	76943289
04396401	04396401
26543185	26543185

Börja alltså med strukturen, rubrikerna under vilka du kan sortera in de enskilda skolorna. Inte för att det alltid spelar så stor roll. Huvudsaken är att utbildningen är bra. Men ändå. Det är inte dumt att ha koll på fakta.



I figuren kan du vandra och fantisera din framtid. Jag utgår från att slutmålet är jobb, även om några utbildningar inte har det uttalade målet. Du får i så fall ta sats från början igen.

I rutan med basår, vuxenutbildning och folkhögskolans allmänna linje kan du komplettera det som fattas från gymnasiet.

Pilen längst ner, direkt till jobb utan utbildning, är självklart ett alternativ. Såg en rubrik i Metro: "Miljardärer utan högre utbildning" och då handlade det om IKEA:s grundare Ingvar Kamprad och ABBA:s Benny Andersson, som inte pluggade vidare efter gymnasiet. Stackars dem, säger jag, som missade högre utbildning och allt roligt som det innebär.

Högskola och universitet

Dessa har en särställning i Sverige. De utgör den akademiska världen. Ett 30-tal statligt drivna och ett 20-tal enskilda finns att välja på. Universiteten är oftast

större och har generellt sett mer forskning inom väggarna, även om högskolorna inte heller är utan forskare. Men annars är båda på samma nivå. Du kan välja att läsa ett längre program eller fristående kurser.

Yrkehögskola

Yrkehögskolan är en egen utbildningsform med egna regler. Utbildningarna är yrkesinriktade och du vet vad du blir när du är klar. Du utbildas för en tydlig yrkesroll. Därför är alltid delar av utbildningarna förlagda till arbetsplatser, så kallad LIA. Ofta är utbildningarna ett- eller tvååriga och har lite friare regler för hur man blir antagen jämfört med högskolan.

Folkhögskola

På folkhögskola pluggar man lite mer på sina egna villkor. Egentligen finns det tre olika typer av kurser – allmän kurs, yrkeskurs och profilkurs. På allmän kurs går det att läsa in gymnasiet, alltså ett alternativ till Vuxenutbildningen. Yrkeskurserna borde tillhöra Yrkehögskolan kan någon tycka, men varför ska allt vara så logiskt? De många profilkurserna syftar mer till att utveckla dig som människa. Det kan handla om estetiska kurser lika väl som friskvård och hälsa.



Utbildning genom myndigheter

Vissa yrken utbildar man sig till hos ansvarig svensk myndighet. Vill du exempelvis bli officer är det Försvarsmakten som står för fiolerna (eller snarare kanonerna). Poliser, flygledare och brandmän är andra exempel på yrken där olika myndigheter ansvarar för utbildningen.



Konst- och kulturutbildningar

Här finns en spännande blandning av lite udda utbildningar som ordnas av privata företag men står under statlig tillsyn. De förbereder för vidare studier på konstnärliga högskolor, leder till ett yrke eller bidrar till att bevara och utveckla kulturarvet. Det kostar en del

att gå på dessa skolor. Jämför gärna med vad som finns på folkhögskolor.

Vuxenutbildning

Det är kommunerna som ansvarar för Komvux, eller Vuxenutbildningen. Du måste därför söka i din hemkommun. Där kan du läsa in kurser du missat på gymnasiet. Det finns också yrkesutbildningar som du känner igen från gymnasiet: målare, fordonsförare, kock och vårdare för att nämna några.

Arbetsförmedlingens utbildningar

Söker du arbete och är inskriven på Arbetsförmedlingen kan du i vissa fall få gå en utbildning genom dem. Det är oftast kortare yrkesutbildningar anpassade till den efterfrågan som finns på orten.

Andra utbildningar

Det finns privata skolor utan inblandning av stat eller kommun. Du hittar dem i annonser på nätet eller i tidningar. Här måste du betala allt själv.



Studera utomlands

Ibland sätter folk likhetstecken mellan utlandsstudier och högskolestudier, men många andra utbildningsanordnare samarbetar också över nationsgränserna. Vissa folkhögskolor har till exempel internationellt utbyte. Om vi ändå håller oss till högskolan finns tre huvudvägar ut i världen:

- ✓ Det lättaste och billigaste är att vara utbytesstudent. Du läser första delen av din utbildning i Sverige. Genom högskolan deltar du sedan i ett utbytesprogram. Utlandsstudierna blir då en naturlig del i din svenska examen.
- ✓ Det andra sättet är att åka som "free mover". Du ordnar själv alla praktiska detaljer. Detta är inte alls oöverstigligt men kräver naturligtvis en del jobb, och även pengar till terminsavgifter i de flesta länder.
- ✓ Ett tredje sätt är mellantinget att låta ett företag ordna det praktiska. Det finns en hel del förmedlare av utländsk utbildning.

Högskola eller yrkeshögskola



Vilken är bäst?

Det går självklart inte att svara generellt på frågan om vilken som är bäst av högskolan eller yrkeshögskolan. Det handlar om vad som är bäst för just dig. Men många åsikter surrar i luften. Här kommer fyra påståenden som jag ofta hör.

1. Några säger: Välj yrkeshögskolan om du vet vilket yrke du vill ha

Ja, alla utbildningarna på yrkeshögskolan har väldigt tydliga målyrken. Du blir lokförare och inget annat. Du blir klövvårdare och inte foterapeut (fast det kan du bli på en annan utbildning). Men å andra sidan finns det också väldigt specialiserade högskoleutbildningar, där du inte heller blir så mycket annat än det du utbildar dig till. Röntgensjuksköterska är ett exempel. Eller optiker. Eller varför inte förskollärare, tandtekniker och sjökaptan, som alla finns på högskolan och är väldigt inriktade.

Man skulle nog kunna sammanfatta så

här: på yrkeshögskolan är alla utbildningar specialiserade, men på högskolan varierar det, allt från specialiserade till väldigt breda utbildningar.

2. Några säger: Välj yrkeshögskolan om du snabbt vill skaffa ett yrke och ett jobb

Ja, utbildningarna på yrkeshögskolan är ofta ett eller två år långa. Programmen på högskolan är för det mesta tre år eller mer.

3. Några säger: Det är lättare att komma in på yrkeshögskolan

Nej, så kan man inte säga generellt. Yrkeshögskolan har lite generösare behörighetsregler, där erfarenhet och praktiskt kunnande vägs in. Men konkurrensen varierar från utbildning till utbildning, liksom på högskolan. Högskolan har som alla vet vissa program med jättehöga intagningspoäng. Så är det även på yrkeshögskolan.

4. Några säger: Chansen till jobb är större efter yrkeshögskolan

Jag vet inte om det stämmer, eftersom mätningar görs på olika sätt. Men påståendet i rubriken är egentligen fel från början. Varje enskild utbildning måste bedömas var för sig.

Man måste också fråga sig om jobbet efteråt stämmer med den utbildning som genomförts. Om någon exempelvis går

tillbaka till sitt gamla jobb på pizzerian är ju inte så mycket vunnet.

På högskolan visar både Saco:s prognoser, och verkligheten efteråt, att chanserna till jobb varierar kraftigt från utbildning till utbildning. Yrkeshögskoleutbildningarna däremot får inte starta utan att jobbchanserna bedöms som bra.

Kontakten med arbetslivet redan under studietiden brukar ge stora chanser till jobb för den som sköter sina kort. Studenterna på yrkeshögskolan har långa praktikperioder och får på så sätt in en fot hos arbetsgivarna. Men även på högskolan gör ganska många studenter delar av sin utbildning på en arbetsplats. Ett annat sätt att få bra kontakter med arbetslivet är via de examensarbeten som ofta avslutar en högskoleutbildning.

Leta hos båda

Du måste inte lägga fokus på om utbildningen finns inom den ena eller den andra utbildningsformen. Ibland möter jag elever som har bestämt att högskolan/universitet är "finare" än yrkeshögskolan. Då är det inte många argument som biter. Men ofta brukar utgångspunkten vara en annan.

Inom alla yrkesområden finns olika slags yrken – människor som jobbar på

samma ställe men som gör olika saker. Tänk bara på skolan. Där finns lärare, studie- och yrkesvägledare, rektorer, personliga assistenter och kanslisters för att bara nämna några. En del har pluggat på högskolan, andra på yrkeshögskolan och några har gått andra vägar.

Rent generellt leder utbildningar på yrkeshögskolan och utbildningar på högskolan till olika yrken, men efter utbildningarna jobbar man ofta tillsammans.

Låt oss anta att du vill jobba på apotek

- ✓ Den som är apotekare har läst 5 år på högskolan
- ✓ Den som är receptarie har läst 3 år på högskolan
- ✓ Den som är apotekstekniker har läst 1,5 år på yrkeshögskolan.

Ibland kan det faktiskt vara så att den som har läst på yrkeshögskolan konkurrerar om samma jobb som den med högskoleexamen, exempelvis inom IT-sektorn. Om arbetsgivaren söker en systemerare eller en webbutvecklare kommer det nog att ramla in ansökningar från personer med examen från både yrkeshögskolan och högskolan.

Häng inte i första skedet upp dig på om utbildningen finns på högskolan eller på yrkeshögskolan. Börja istället med

att fundera över vilket intresseområde som passar dig. Inom varje område finns vissa yrken som du kan nå genom högskolans utbildningar och andra som du kan nå genom yrkeshögskolan.

Vidga vyn genom databaser

Att söka i databaser är ett utmärkt sätt att vidga dina kunskaper om olika utbildningar. Jag lovar att du ska bli förvånad över hur mycket det finns! Det kommer att dyka upp utbildningar som du inte hade en aning om.

Tänk dig att du vill plugga ekonomi

- ✓ Antagning.se (eller Studera.nu) är universitetens och högskolornas gemensamma databas. Skriv *Ekonomi* och begränsa till *grundnivå* och *program*. Du kanske gissar att några civilekonomprogram ska dyka upp. Visst, det gör det. Men i början, redan på A, kommer Agronomprogrammet. Va? Det handlar väl om jordbruk, inte ekonomi? Nja, jo, men... Läs vidare i texten så upptäcker du kanske att det inte skulle vara helt fel att bli en "agronomekonom". Faktum är att flera hundra program dyker upp på sökordet ekonomi. Två ytterligare exempel är Fastighetsmäklarprogrammet och Personalvetarprogrammet.

✓ YH-utbildningar finns på yrkes-hogskolan.se. Sök *Ekonomi* även här, och du får mer än hundra träffar. Vad sägs om försäkrings-rådgivare, medicinsk sekreterare eller lönespecialist?

Att söka i databaser är att komma utanför din komfortzon. Du vidgar dina vyer.

Ska du läsa program eller kurser?

Efter gymnasiet luffade jag runt i världen. Jag liftade och jobbade mig genom Australien, Nya Zeeland och USA, tog mig fram med Lonely Planets guide i Indien, Malaysia, Thailand och Indonesien. Hade tillfälliga jobb även i Spanien, Belgien, Israel och på Hawaii. Jag såg ner på charterturister som fick allt serverat.



En del kompisar åkte på charterresor och älskade det. De kunde inte fatta hur jag orkade med att luffa runt med rygsäck. De packade resväskorna och visste vad som väntade. Om de ville hyra en bil eller en motorcykel frågade de bara reseledaren. Frukosten stod klar när de vaknade, och hade de beställt all inclusive var det bara att njuta av dagen.

**Att åka charter är att plugga ett program på högskolan.
Luffaren läser fristående kurser.**

Program

När du söker till ett program väljer du en förutbestämd resa genom livet. Du vet på ett ungefär vad som väntar om du vill läsa exempelvis Juristprogrammet, Lärarprogrammet eller Sjuksköterskeprogrammet. Under resan finns det självklart flera alternativa vägar, men du har dina ramar att hålla dig inom.

Kurser

När du börjar med fristående kurser reser du iväg mot en mer öppen framtid.

Du kanske har ett mål därframme, men vill nå det på ditt eget sätt. Du kan skaffa dig en fullständig examen i många olika ämnen, bara du ser till att ha tillräckligt många poäng i ett huvudämne och i ett examensarbete. Dessa studier måste planeras med en studievägledare på universitetet.

Vill du känna på högskolan innan du börjar ett program? Du luffar i så fall en kortare tripp innan du bokar själva charterresan. Här är några anledningar:

- ✓ Jag vet inte vad jag vill med mitt liv
- ✓ Jag är inte mogen att bestämma mig
- ✓ Jag tycker kursen verkar intressant
- ✓ Jag vill göra något meningsfullt
- ✓ Jag vill ha både sabbatsår och plugg
- ✓ Jag vill prova universitetsmiljön
- ✓ Jag vill känna på studentlivet
- ✓ Jag vill flytta hemifrån
- ✓ Jag tror det är lättare att komma in

Det är en del som fastnar för evigt i luffandet. Kanske för att de inte klarar ett vanligt svenssonliv. Eller kanske för att de inte vill ha ett sådant? På Kuta Beach på Bali träffade jag några som för länge sedan passerat bäst-före-datum. I Goa, Indien, trängdes fortfarande gamla hippies från 70-talet. De skulle kanske ha behövt en charterresa istället?

Bloggaren *Den evige studenten* skriver: "Alla vänner tror snart att jag är doktorand eller liknande, men inte, jag gillar

bara att njuta av det goda studentlivet!"

Mina föräldrar berättade om "rike-mansbarn" som "låg i Lund" tiotal år av samma anledning, eller kanske för att de inte var världens smartaste, vad vet jag?

Det går inte att luffa överallt

Charterresenär eller luffare? Det är olika sätt att ta sig fram genom livet. Många som lämnar gymnasiet tänker ändå program när de tänker högskola. Yrkesprogram eller mer öppna kandidatprogram. Högskolan har ju faktiskt funderat ut en lämplig mix av sevärdheter för att du ska bli väl rustad för framtiden.

Till Nordkorea går det inte att luffa på egen hand. Dit måste du åka med en grupp. Så är det också när du vill bli exempelvis läkare, sjuksköterska, fysioterapeut och psykolog. För att nå dit kan du inte läsa fristående kurser. I övrigt vill jag inte göra några jämförelser med Nordkoreas hemska regim och dessa fina yrkesexamina. Men vissa resmål är tyvärr stängda om du läser kurser.

Själv luffade jag runt lite från början. Lärde mig om kartritning, skogsbruk och ungdomsarbete. Innan jag valde en charterresa till studie- och yrkesvägledarjobbet. Den charterresan ångrar jag inte!

Vad blir du när du är klar?

Många kommer att fråga dig som läser på universitetet: Vad blir du? Sedan förväntar de sig att du ska svara med ett yrke.



Vad blir du?

På gymnasiet finns yrkesprogram där du redan från början ser ett målyrke. Säger du att du går Byggprogrammet förstår alla vartåt det lutar. Eller Restaurangprogrammet. Eller Fordonsprogrammet.

Sedan finns gymnasieprogrammen där du "bara" blir allmänbildad men egentligen inte kan svara på frågan om vilket yrke du får. "Efter Natur ska jag söka jobb som naturist" funkar liksom inte.

Yrkesexamen

På universitetet är det ungefär som på gymnasiet. Det finns program som är väldigt tydliga när det gäller förväntat yrke. Man kan säga att det är universitetets Bygg-, Restaurang- och Fordonsprogram. Några av dem (inte alla) är hopplöst svåra att komma in på

om man inte har toppbetyg. Det finns ett 50-tal sådana program. Alla slutar med en yrkesexamen inom ett välkänt område. Dessa är:

Agronom
Apotekare
Arbetsterapeut
Arkitekt
Audionom
Biomedicinsk analytiker
Brandingenjör
Civilekonom
Civilingenjör
Dietist
Djursjukvårdare
Folkhögskollärare
Fysioterapeut (sjukgymnast)
Förskollärare
Grundlärare
Hippolog
Hortonom
Högskoleingenjör
Jurist
Jägmästare
Landskapsarkitekt
Landskapsingenjör
Lantmästare
Logoped
Läkare
Lärare
Optiker
Ortopedingenjör
Psykolog

Receptarie
Röntgensjuksköterska
Sjukhusfysiker
Sjuksköterska
Sjöingenjör
Sjökapten
Skogsmästare
Skogstekniker
Socionom
Speciallärare
Studie- och yrkesvägledare
Tandhygienist
Tandläkare
Tandtekniker
Trädgårdsingenjör
Veterinär
Yrkeslärare
Ämneslärare

Du som tycker det är viktigt med ett tydligt svar på frågan "Vad blir du?" kan också leta hos yrkeshögskolan, folkhögskolan och statliga myndigheter såsom polisen och försvaret.

Generell examen

På universitetet kan du också bli allmänt kunnig inom ett bredare område. Lite som Samhälls- och Naturprogrammen alltså. Dina kunskaper blir allmängiltiga – generella. Du läser i så fall mot en kandidatexamen. Ett exempel är kandidatexamen i beteendevetenskap. Det kan vara svårt att säga vilket yrke du har när du slutat plugga. Men det finns även kandidatprogram

med tydliga yrkesprofiler, exempelvis kandidatprogrammet i industridesign och kandidatprogrammet i journalistik.

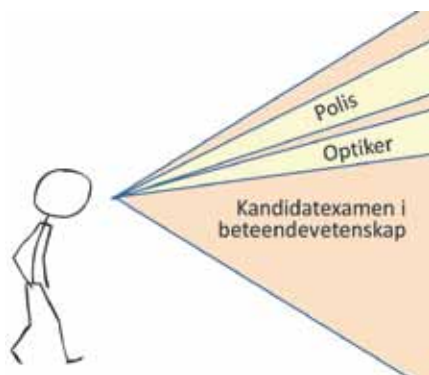
Omvänt kan sägas att även en yrkesexamen kan vara ganska bred, så i vanlig ordning är livet inte uppdelat i svart eller vitt. Socionomexamen är en sådan. Säg "socionom" så associerar åhörarna genast till olika saker. Någon förknippar ordet med skolans kurator medan en annan tänker på personen man mötte på sjukhuset. En tredje har mött socionomen på kommunens socialtjänst och en fjärde som fältassistent en lördagkväll på stan.



Tandläkare (yrkesexamen) eller utredare (generell examen)?

Ibland svårt att veta yrke

Att välja utbildning är inte att välja yrke, men självklart hör utbildning och yrke ändå ihop i större eller mindre grad. Större om du avslutar polisutbildningen än om du tar en kandidatexamen i beteendevetenskap. Hos beteendevetarna blir därför *yrkesspridningen* betydligt större när de söker jobb.



Ibland får du rådet att välja breda utbildningar, alltså utbildningar som kan leda till många olika yrken.

Själv vill jag aldrig ge ett generellt råd att välja brett.

Hur skulle du i så fall kunna bli tandläkare, veterinär, polis eller optiker? Eller för den delen knäckebrödsmaskinoperatör, ett yrke som dock ingen i klassen valde när vår "syö" informerade. Mitt råd är istället:

Välj antingen brett eller smalt.

Om du väljer brett kommer en del att säga att du läser en flummig utbildning. Du blir ingenting. Det är mycket rejälare att bli psykolog eller lärare (yrkesexamen) jämfört med kognitionsvetare eller kulturvetare (generell examen). Men är det verkligen så? Jag tror att bara du själv kan svara utifrån dina egna förutsättningar och mål.

Det finns massor av jobb därute. Jag bläddrade i DN och hittade bland annat annonser för utredare, näringslivschef, HR-specialist, upphandlare, projektledare, systemspecialist, uppdragsansvarig, handläggare, kvalitets-säkrare, föredragande, systemförvaltare, kundcentrumchef, kanslienhetschef, verksamhetsutvecklare, generalsekretärare, analytiker, informatör och publikkordinator. Allt detta i en och samma tidning! Är det flummiga yrken? I så fall är ju hela världen full av flummiga yrken.

Vad ska du då svara på frågan "Vad blir du?". En del envisa människor ger sig bara inte. **VAD BLIR DU?** Ett tips är att lära dig utantill vad universiteten själva skriver. Säg det så blir nog även morfar nöjd, eller åtminstone tyst.



Jag blir expert på den gemensamma sektorn och har djupa insikter i strategisk planering och demokrati. Jag är redo för kvalificerade uppdrag i offentlig sektor, större företag och ideella organisationer.

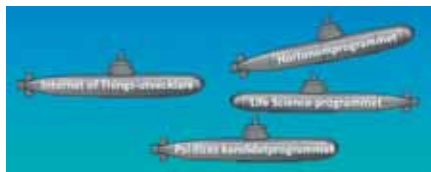
Hur många yrken finns det?

När man ber folk att räkna upp alla yrken de känner till stannar det ofta vid ett 50-tal. Försök själv får du se. Till en början rinner det till en massa vanliga, men snart tar det stopp. Hur många finns det då? Frågan är svår att svara på utan ingående definitioner om vad ett yrke är. Läkare till exempel – är det ett eller flera yrken? Det finns ju kirurger, ortopedier, kardiologer, gynekologer och en massa andra specialister. Är det egna yrken? I Arbetsförmedlingens databas Yrke och Framtid finns 330 olika yrken medan Statistiska Centralbyrån spottar fram över 8 000. Den viktigaste frågan är egentligen inte hur många. Det viktigaste är: **Vilket av dem vill du ha?**

Så föds en yrkesdröm

Vad är det som gör att vi blir det vi blir? Hur föds en dröm som sedan resulterar i ett yrke?

Först och främst måste vi bli medvetna om att något finns. När Försvarsmakten jagade främmande ubåtar i den svenska skärgården var de inte säkra. Fanns det något därnere? Eller var det bara hjärnspöken? Du måste ta reda på vad som döljer sig under ytan. Du måste bli en aktiv ubåtsjägare. Det finns så många ubåtar att upptäcka.



När brandkåren besökt dagis vill alla ungar bli brandmän. När polisen har varit där vill barnen plötsligt bli poliser.

I en undersökning visade statistiken att de som legat på sjukhus som barn i högre utsträckning valde att själva utbildas till sjuksköterskor. De hade fått en förebild redan som barn.

Kanske alla optiker själva bär glasögon eller linser? När de växte upp gick de hos en optiker för att testa synen. Vem annars kan komma på att bli optiker?

Har alla som vill bli psykologer själva haft psykiska problem? Har alla studie- och yrkesvägledare själva lidit av beslutsångest? Har socionomerna haft en jobbig uppväxt och behövt socialt stöd? Begravningsentreprenörerna har knappast dött själva, men kanske har de mött mycket sorg under uppväxten?



Allt börjar med en dröm

En yrkesdröm föds inte utan vidare. Drömmen börjar någonstans, ofta när du själv ser yrket. Tankar börjar flyga i luften. Du läser om yrket. Du pratar om det. Du sätter ord på dina tankar. Det är som när en stjärna föds. Först är det ett gasmoln, spridda tankar som flyger runt i luften. Sedan förtätas materien och en stjärna bildas i rymden, du formulerar din yrkesdröm – två jämbördiga mirakler.

Börja i yrkesbeskrivningarna

Om du vill ta reda på mer om yrken är Saco:s och Arbetsförmedlingens webbar guldgruvor. Af har också appen Yrkesguiden. Där är alla yrken inordnade i stora intresseområden. Du kommer att bli förvånad över alla yrken som du inte visste existerade. Blir du intresserad av ett yrke är det bara att läsa vidare eller kolla på en tre minuter lång film som beskriver yrket. Under en kväll bör du hinna åtminstone 30 yrken – ett väldigt effektivt sätt alltså.

Gör en yrkeskarta

Anta att du har siktat in dig på att bli sjuksköterska. Det är ett vanligt yrke som många känner till. Innan du bestämmer dig kan du göra en yrkeskarta. Titta på hela "familjen Sjukvård". Alla yrken inom området.



Skriv *sjuksköterska* mitt i yrkeskartan. Vilka yrken finns på samma nivå? Alltså med ungefär samma utbildningslängd. Ta hjälp av Saco:s och Arbetsförmedlingens intresseområden. Du hittar snabbt fysioterapeut, arbetsterapeut, dietist, audionom, tandhygienist, logoped och optiker.

Titta vidare på vilka yrken som finns med lite längre utbildning? Då hittar du läkare, kiropraktorer och tandläkare, kanske också naprapat och apotekare. Skulle du vilja ha en kortare utbildning kan du bli exempelvis undersköterska.

Du har från början ett begränsat antal yrken, troligen väldigt få, som du känner till någorlunda väl. Det är bland dessa du väljer. Yrkeskartan gör att du får upp ögonen för nya yrken. Du kommer utanför boxen, för att använda ett slitet uttryck. Sedan kanske du ändå väljer sjuksköterska. Men då har du gjort det medvetet.

Prova när du är nära beslut

Innan du köper en bil provkör du den. När du ska köpa en lägenhet åker du dit och kollar. Tänk om du på samma sätt skulle kunna prova ett yrke eller en utbildning innan du bestämmer dig. Någon invänder snabbt att det finns för många yrken för att prova alla. Men faktiskt går det inte heller att prova alla bilar. Eller inspektera alla lägenheter. Eller för den delen dejta alla tjejer i världen (puh – det vore jobbigt).



En praktikkdag när du är nära ett beslut

Du kan faktiskt prova några yrken som känns viktiga. Det kanske du förresten redan har gjort. Jag tänker på prao-veckorna på högstadiet. Men det är måhända inte så relevant då praos syfte inte främst är att prova ett drömyrke utan snarare att få "andas in" lite vuxenliv. Eller har du haft ett sommarjobb? I en undersökning sa faktiskt 25 % av de tillfrågade att prao-platser och sommarjobb "på något sätt påverkade det framtida yrkesvalet".

Jag funderade ett tag på att bli sjukgymnast (numera fysioterapeut). Under ett höstlov i trean på gymnasiet frågade jag en kompis mamma, som var sjukgymnast, om jag fick följa med henne en dag på jobbet. Det var bara att ta på vita rocken och följa med. Det blev några timmar som jag än i dag minns med glädje, även om jag också fick upp ögonen för att det nog inte var yrket för mig.

Om du istället vill prova en utbildning så ordnar många universitet och högskolor aktiviteter med namn som *Skugga en student* eller *Student för en dag*. Självklart finns också öppna hus och mer allmänna besöksdagar.

Samtala för nya infallsvinklar

Om du inte kan prova kanske du i alla fall kan intervjua någon. En av mina elever på komvux ville bli polis. Hon bad mig berätta hur en vanlig polisdag såg ut. Haha, inga dåliga förväntningar på en studie- och yrkesvägledare.

Samtalet slutade med att hon gick till polisstationen, fick prata med en polis som nästan inte ville släppa iväg henne hem igen (trots att hon inte gjort något brottsligt). Varför? Jo, många vuxna ÄLSKAR att prata om sina jobb.

Inte alltid det du tror

Det är inte alltid vad du tror i en lasagne. Detsamma gäller utbildningar. Vad "köper" du egentligen av universitetet? Det känns rimligt att ta reda på fakta om utbildningen, vad du kan vänta dig under utbildningstiden och tänkbara jobb som väntar när du tagit din examen.

Att läsa utbildningskataloger och webbsidor är lite som att läsa på förpackningen till färdiglagad lasagne. I båda fallen

finns en jättefin bild som lockar till köp. Några korta meningar om utbildningen/varan. Så det finstilla; kurser, poäng och behörighet/ingredienser, e-nummer och pris.



Sedan är det ju inte säkert att allt stämmer med innehållsförteckningen. Ungefär som i tidningsnotisen:

Köttfri köttpaj på Island

Runt om i Europa testas färdiga maträtter efter larmet om att de kan innehålla hästkött utan att det anges på förpackningen. På Island har testandet fått ett oväntat resultat. En köttpaj visade sig vara fri från hästkött. Men den innehöll inte heller något annat kött, upptäckte landets livsmedelsmyndighet.

Ibland blir studenter besvikna, när inte innehållsförteckningen stämmer med verkligheten. Många som är missnöjda kanske aldrig läste det finstilla. Eller så har inte universiteten levt upp till den innehållsförteckning som fanns i katalogen. Så här skrev en studenttidning:

Var tredje missnöjd

En tredjedel av Sveriges nyutexaminerade samhällsvetare skulle valt en annan utbildning om de haft möjlighet. Det är framför allt bristen på praktik och kontakt med näringslivet som de före detta studenterna tar upp, men även att den läroleda tiden varit för liten under utbildningen.

Underliga namn ibland

Det är inte heller så lätt att veta vad som gömmer sig bakom alla konstiga namn. För några år sedan ställde en elev följande fråga till mig: *"Jag har kommit in på Rehabiliteringsprogrammet – kan du förklara vad det är som jag har kommit in på?"*

Ibland heter två program nästan samma sak men leder till helt olika saker. Ta till exempel Biomedicinska analytikerprogrammet kontra Biomedicinprogrammet. Eller vet du vad det är för skillnad på att läsa Psykologprogrammet och Kandidatprogrammet i psykologi? Kan du skillnaden mellan Civilekonomprogrammet och Kandidat- eller Masterutbildning i ekonomi?

För några år sedan annonserade en högskola om Kemistprogrammet. Få sökte. Det lät nog alltför tråkigt. Högskolan döpte om utbildningen men behöll i stort sett innehållet. I nästa katalog stod det "Programmet för molekylär design."



Det naturliga är förmodligen att börja med bilderna och de lockande rubrikerna. Men glöm inte innehållsförteckningen och näringsinnehållet. Kanske du sedan måste prata med en student som har smakat på innehållet och känt efter om doften är den rätta.

Arbetsmarknadsprognoser, pengar och status

Vädret fem år framåt är omöjligt att sia om. Men när du väljer utbildning är fem år en lagom prognostid. Då bör du vara klar med din utbildning om du börjar snart. Vilka är utsikterna till jobb om fem år?

I morgon drar en kallfront in över landet. Det blir mulet och regn. Nästa vecka får vi stormvindar och i slutet av året blir det åter regn. Om fem år blir det varierande väder med risk för åska.



Jag provade som vädersnubbe men det blev för många lågtryck.

Finns det jobb efter din utbildning?

I boken har det hittills nämnts väldigt lite om chanserna att få jobb. Det har istället varit mycket fokus på dina egna intressen, att förverkliga dig själv och att följa ditt hjärta för att få ett intressant jobb. Men om du inte får något jobb så hjälper det ju inte hur väl du skulle ha trivts – på det jobb du aldrig fick.

Både Saco och Arbetsförmedlingen gör egna prognoser, som ofta blir väldigt

uppmärksammade när de släpps varje år. Medierna ropar ut vad du ska satsa på, vad som är "framtidstyrken". Matchning är ett ord som ofta hörs. Att passa in exakt i ett håll. När en brist förutspås är det ungdomens skyldighet att passa in i det hålet. Utbilda dig till jobb, inte till arbetslöshet!

Det finns dock "framtidstyrken" som få verkar vilja utbilda sig till. Varför är det så? Kanske en varningsklocka? Kan det handla om yrken med stressig arbetsmiljö, dåliga arbetsförhållanden och låg lön? Alla bristyrken är självklart inte

dåliga, det är inte så jag menar. Bristen kan ju också bero på annat, exempelvis att medelåldern på de som jobbar är hög och många därför är på väg mot pension.

Prognoser är en viktig del av valet

Ibland klagar arbetsgivare och branschföreträdare på oss studie- och yrkesvägledare. Vi vägleder fel. Bara vi talar om tillräckligt noga för ungdomarna var jobben finns så kommer de att utbilda sig till dessa yrken.

För det första tror jag inte alls att vi har sådan makt över ungdomarnas val. Dessutom vore det oetiskt att locka, nästan pusha, in folk i bristyrken – lika väl som i överskottsyrken. Jag hoppas istället kunna ge saklig information och sedan måste det vara du själv som i slutändan väger in arbetsmarknadsprognosen i allt annat som också ska vägas in. **Men låt mig påpeka att jag tycker prognoserna är viktiga.** Om du väljer en utbildning och ett yrke med stort överskott så gör du det med öppna ögon. Du tar helt enkelt risken. Så gjorde förresten mina barn. Båda utbildade sig till journalister, ett av de yrken som har sämst prognos av alla yrken. Ändå har de jobb idag och stormtrivs.

En annan infallsvinkel på prognoser är att de inte alltid är tillämpliga för var och en. När media ropar "Utbilda dig

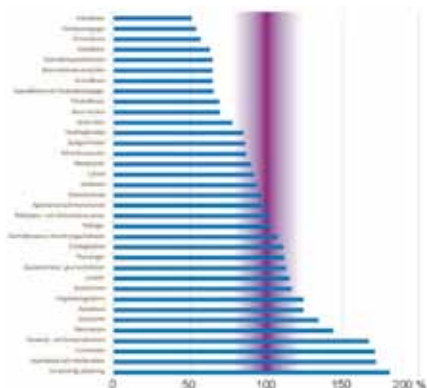
till läkare, tandläkare eller veterinär så har du en lysande framtid" är det nästan ett hån mot den stora majoriteten elever som inte har en chans att komma in därför att betygströskeln är för hög.

Jag såg en schematisk skiss som illustrerar problemet med egna drömyrken kontra arbetsmarknadens behov.



Den vänstra triangeln är tonåringarnas drömmar. Den mittersta visar arbetsmarknadens behov. Det verkar inte stämma när man lägger trianglarna över varandra. Många blir arbetslösa. Trots det finns det en massa jobb som ingen är kompetent för.

En mer detaljerad bild ges av Universitetskanslersämbetet.



Bilden är ett balansdiagram över en obalanserad arbetsmarknad. Du kan förhoppningsvis inte läsa vad som står till vänster, för diagrammet är inte dagsfärskt, men visar ändå på den situation som råder idag.

Till vänster står utbildningsgrupper, typ yrkeslärare, fritidspedagoger och ämneslärare längst upp och konstnärer, journalister och humanister längst ner. Brist längst upp och överskott längst ner.

En situation helt i balans är satt till 100 %, den lila lodräta linjen. Staplarna längst upp stannar vid 50 % och det betyder att dubbelt så många skulle behöva plugga inom det området för att bristen skulle balanseras. Omvänt når de nedersta staplarna nästan 200 %, och de som utbildar sig kommer därför att möta tuff konkurrens.

Saco skriver i början av sin rapport

Framtidsutsikter:

Det är viktigt att låta det egna intresset styra och låta hjärtat vara med i valet. Samtidigt är det lika viktigt att ta reda på så mycket det går om arbetsvillkor, karriärmöjligheter och framtidsutsikter.

Båda lika viktiga alltså, enligt författaren.

Personligen vill jag vikta hjärtat dubbelt. Det är livsnödvändigt med motivation och intresse. Annars går det inte. Du måste brinna för det du ska ägna ditt liv åt.

Räkna ut din poäng

Tänk om du kunde göra en matematisk ekvation, där du poängsätter din entusiasm för ämnet och prognosen för det aktuella jobbet. Om nu entusiasmen är viktigare än prognosen kan man ställa upp följande ekvation:

Min entusiasm gånger 2 plus arbetsmarknadsprognosen = utbildningens betyg.

Du är jättepeppad att bli journalist, en femma (högsta poäng). Prognosen är dock urusel, en etta.

$$5 \times 2 + 1 = 11$$

Du kan tänka dig att bli lärare, en

tre. Arbetsmarknaden är jättebra, en femma.

$3 \times 2 + 5 = 11$

Oj, det blev helt lika. Då får du diskutera med din syv.

Jag bara skojade. Det är ju så mycket annat som också påverkar. Men det är ett tankeexperiment.

Sedan kan man egentligen inte ställa prognoser och hjärta mot varandra. De snarare samverkar. Du som brinner och är skicklig på din grej är alltid attraktiv, även i stor konkurrens. Å andra sidan känner jag folk som har utbildat sig i bristyrken men som ändå saknar jobb. Varför? Några har inte orkat med den stressiga miljön som det faktiskt var. Men för andra handlar det definitivt om hjärtat. Man kan inte ens få ett bristjobb om hjärtat inte finns med i anställningsintervjun. Vilken arbetsgivare vill ha en person utan något som helst engagemang? Utan något hjärta.

Jag vet inte om följande dialog har utspelats eller bara är en konstruktion, men den är tänkvärd.

- Vad vill du bli?
- Journalist.
- Läs till lärare istället. Det behövs 50 000 nya lärare.
- Men så många jobb klarar jag inte av. Jag orkar bara med ett.

Pengar, makt och status

Vilka utbildningar ger välbetalda jobb?

Hos Saco finns lönestatistik för akademikeryrken. Saco använder ibland begreppet "livslön" för att markera att lönen kan räknas på annat sätt än bara det du får ut på kontot varje månad. Om du har gått en lång utbildning med studieskulder så tar det tid innan du "kommer ifatt" en person som började jobba direkt efter gymnasiet. I vissa yrken kommer du faktiskt aldrig ifatt. Statistik från SCB visar ändå att den som har högskoleutbildning i genomsnitt tjänar betydligt mer per månad än den som bara har gymnasieutbildning. Men det är som sagt ett snitt och gäller inte för alla yrken.



Ibland kan man höra att det nästan är lite fult att välja efter pengar. Åtminstone att säga det högt. Universitetsstudier ska istället motiveras av att söka ny kunskap, att lära sig kritiskt tänkande, att hantera komplexa sammanhang och

att lösa problem. Men frågan om kommande lön går inte att blunda för. Inte heller frågan om status på ett framtida jobb. För där finns också ett tabubelagt ämne. Vilka yrken är fina och vilka är inte?

Jag träffar inte jätteofta elever som säger rakt ut att status är viktigt i yrkesvalet. Men jag anar det när någon vill bli antingen läkare, jurist eller psykolog. Ganska olika yrken men med en gemensam nämnare – hög status.

Frågan om lön och status ställd mot att följa sitt hjärta fick en ny dimension när jag läste om fotbollsstjärnan Neymar, som 2017 bytte klubb till Paris Saint-Germain. Han sa: "Pengarna är inte det viktiga, inte heller stjärnstatusen. Jag följer mitt hjärta". Det hör till saken att övergångssumman var 2,1 miljarder kronor och årslönen 300 miljoner.

Hög status och hög lön hör definitivt ihop. Ofta också i kombination med lång utbildning, inflytande och makt. Därför hamnar ambassadörer, läkare och domare i topp. Längst ner på listan är yrken med små karriärmöjligheter: diskare, gatuköksbiträden och städare. Detta sedan 1 800 personer har statusbedömt 100 olika yrken. Bland andra yrken som rangordnas högt finns professor, advokat, civilingenjör, psykolog och arkitekt, medan brevbärare, underskö-

terska, affärsbiträde och sopåkare var i botten.

För övrigt hör hög lön också ihop med genusfrågan. Kvinnodominerade yrken är oftare sämre betalda än mansdominerade. Det borde speciellt du som tjej tänka en extra gång på när du funderar över ditt val.

Det är lätt att bli missförstådd. Alla yrken behövs, annars skulle samhället inte fungera. Det gäller att använda korrekta ord. Det finns inga fina yrken. Inte heller några skitjobb. Förstå mig rätt – jag ser absolut inte ner på något yrke. Men när frågan kommer upp går det inte bara att tiga.

Jag tycker studievägledare Johan Andersson vid Stockholms universitet sammanfattar dilemmat med såväl arbetsmarknadsprognoser som status och lön i sitt svar i DN (som då handlade enbart om lön):

Om du ser att en försäkringsmatematiker har en hög ingångslön och lockas av det, men har svårt för matematik, så kommer du inte ens att klara av utbildningen. Då har du börjat i fel ände.

Sociala skillnader finns kvar

Tidigare fanns en officiell indelning av Sveriges befolkning i tre socialgrupper,

socialgrupp 1, 2 och 3, där akademikerna tillhörde ettan och arbetarna trean. Bara det säger ju en del om hur makthavarna såg på olika yrken. På 80-talet började Statistiska centralbyrån istället att använda en klassificering kallad socioekonomisk indelning (SOI), som bygger på vilket yrke en person har.

Samhällsforskningen belyser ofta likheter och skillnader mellan olika samhällsklasser och då används socioekonomisk indelning. Ett exempel är när man vill veta vilka som studerar på högskolan. Finns det något samband mellan föräldrarnas utbildning och yrke och barnens framtida studier? Ja, det gör det.

Först och främst ska sägas att det är en väldigt blandad och brokig grupp som pluggar på högskolan. Med det sagt är den ändå vanligare att barn till akademiker börjar högre studier än barn från hem utan högskoletradition. Det är också stor skillnad på vilka utbildningar den ena och den andra gruppen läser. Man brukar kalla det för social snedrekrytering.

Öppna ögonen

Jag vill inte fördjupa mig mer i ämnet utan bara konstatera att du inte är förutbestämd för ett visst yrke. Men du bör vara medveten om mekanismerna som styr. Sambandet mellan föräldrar-

nas sociala bakgrund och barnens kommande yrke är starkt. Har du umgåtts i vissa kretsar under hela din uppväxt är det inte speciellt märkvärdigt att du själv också väljer en liknande bana framöver. Du fullföljer på något sätt bara familjetraditionen.

Den som bryter mönstret sägs ofta göra en klassresa. Jag säger inte att du måste bryta mönstret. Jag säger bara att du ska våga ifrågasätta det som sker. Att öppna ögonen och sedan välja medvetet. Samma typ av yrke som föräldrarna eller något helt annat.

Svara på några korta frågor

1. Vilket jobb tror du att du har om 15 år?
2. Vilken utbildning krävs?
3. Vad har din mamma för yrke?
4. Vad har hon för utbildning?
5. Vad har din pappa för yrke?
6. Vad har han för utbildning?

Titta på dina svar och fundera utifrån social bakgrund. Ser du något samband mellan dina egna drömmar och föräldrarnas utbildning och yrke?



Missa inte mässan

Studentmässor runt om i landet är de absolut bästa inspirationskällorna för dina framtidsfunderingar. Där finns utbildningar och yrken representerade av levande människor. Lärare, vägledare, studenter – alla är dessutom positiva, glada, öppna och trevliga, eftersom de brinner för det de representerar. På Saco-mässorna exempelvis finns all Sveriges kompetens samlad på ett och samma ställe. Endast din egen begravningsångest får hindra dig från att åka dit. **Du kommer aldrig att få en liknande chans!**

Skulle du göra en resa på riktigt, för att besöka alla skolor som finns på mässan, har jag räknat ut att du måste åka tiotusensjuhudrafemtioåtta mil. Med dagens bensinpris skulle det kosta dig 150 612

kronor. Jämför med biljetten till mässan som kostar nästan ingenting.

Efter en dag på mässan kommer du att vilja gå hundra olika utbildningar. Du kommer att minnas alla entusiastiska studenter. Du vet alla fördelar med Umeå Universitet. Och Göteborgs Universitet. Och Högskolan i Malmö. Och alla andra ställen.

Du vill antagligen bli både civilingenjör och magister i konsthistoria – samtidigt. Du kommer att vara ännu mer förvirrad än tidigare. Men det gör inget. Det är snarare jättebra.

Man kan säga att du har blivit förvirrad på en högre nivå.



Varning för positiva studenter

När du träffar studenter pratar de sig självklart varma för sin egen utbildning. Man blir jätteglad när man möter dem. Fulla av entusiasm. Jag har hittat rätt och därför vill jag så gärna berätta för dig! Låt dig bli smittad. Men tänk också så här: Vad kul att hon har hittat rätt. Undra vad hon har för egenskaper? Vad bär hon inom sig som gör att utbildningen passar henne så bra?

Hmm, jag är ju faktiskt ganska lik henne. Då kanske utbildningen passar mig också. Eller vänta – vi är ju väldigt olika. Hur kan jag tro att jag ska passa för samma utbildning som hon?

Före, under och efter mässan

1. Förbered dig noga genom att planera dina aktiviteter och kontakter.
2. Besök först dina "måsten". Låt dig sedan fångas av sådant som bara "dyker upp".
3. Efterarbota mässan.

När du kommer hem låtsas du att det är sista ansökningsdagen. Tvinga dig själv att välja. Prioritera nummer ett, två och tre. Kanske ännu fler. Gör om samma procedur veckan därpå. Och sedan regelbundet fram till den riktiga ansökningsdagen. Då blir valdagen mindre dramatisk.

Dela dina funderingar med många. Med kompisar. Med föräldrar. Med din SYV. Du behöver sätta ord på dina tankar. Och vara beredd på medhåll likaväl som mothugg.

På mässan mötte du optimisterna som hade hittat sin grej. Jag säger inte att du nu ska ta fram pessimisten inom dig, det låter alltför negativt. Men ta fram realisten. Det kan vara dags att göra små plus- och minuslistor.

Sov gott på nätterna! Högskolan i Borås delade ut ett örngott med texten "Sov på saken". Förutom att det var en av de mest användbara giveaways på mässan var budskapet oerhört tänkvärt.

Sacos förbund - experterna på högskoleyrken som hjälper dig till ett medvetet studieval



www.saco.se/studieval



Beställ våra böcker för studievalet gratis på
www.saco.se/studievalsbocker



Framåt



*Du har försökt att
förstå ditt inre och har
samtidigt upptäckt
alternativen där ute.*

Du har kollat inåt och utåt.

Du har tänkt efter – före!

*Nu gäller det att matcha
dessa två, att knyta ihop
säcken och fatta ett beslut.*

Du ska gå FRAMÅT!

Det är jobbigt att fatta beslut

Ju fler utbildningar du känner till, desto fler ska du sedan välja bort. Det skulle vara mycket lättare att välja om du inte visste om alla utbildningar. Då fanns det inte så många att välja bort. Så var det på "den gamla goda tiden". Men den tiden vill nog få ha tillbaka.

Idag finns det ungefär 12 000 olika ut-

bildningar att välja på. Du ska välja bort 11 999. Det tar hårt på krafterna.

Egentligen har du bara fyra val, men det kanske inte gör saken lättare.



1. Plugga
2. Läsa vidare
3. Studera
4. Utbilda dig

Först vidga – sedan begränsa

Först uppmanas du att vidga dina vyer så mycket som möjligt. Tänk brett! Öka antalet utbildningar till max! Sedan kommer uppgift nummer två: Uteslut alla utom en!

Några kanske upplever framtidsmöjligheterna närmast oändliga. Men många sätter upp egna begränsningar. Ibland medvetet men oftast omedvetet. Det betyder att många i själva verket väljer utifrån en ganska smal bas.



Använd både vidvinkel- och teleobjektiv

De enklare kamerorna är ofta försedda med vidvinkelobjektiv. En stor bildvinkel som ger dig överblick av landskapet. Teleobjektivet däremot är som en kikare. Du fokuserar på en enda sak.



Oftast möte jag elever som inte har bestämt sig. De har vidvinkelobjektivet påslaget, möjligen inte med en jättestor bildvinkel. Då gäller det att öka kunskapen om vad som finns därute. Att vidga perspektiven.

Andra har satt på teleobjektivet. Det är en enda sak som gäller. Nu handlar det bara om att ta dig dit. En kille jag minns väl gick ut Samhällsprogrammet med hyfsade betyg, men långt ifrån topp. Efter några år ångrade han dig djupt. Han hade lätt för att lära och tyckte att han mest hade glidit runt på gymnasiet. Nu var teleobjektivet inställt på att bli läkare. Han läste, kämpade och gjorde prövningar så att samtliga betyg till slut var A. Dessutom läste han in ett basår med biologi, fysik, kemi och matte. Jag träffade honom för ett tag sedan och han berättade att han nu gjorde AT-tjänst som läkare på sjukhuset.

Att välja är ofta motsägelsefullt, en paradox. Det finns oftast ett "både-och". Både vidvinkelobjektiv och teleobjektiv

behövs när du ska välja. Därför är ett objektiv med zoom att föredra. Med en zoom kan du växla mellan nära och långt borta.

Om du fortfarande går på gymnasiet borde idealtillståndet vara följande – rent teoretiskt alltså: Du har en dröm långt därborta. Ta inte bort den. Zooma in ditt mål. Se målet som en hypotes – en teori som du tror på men som du nu ska utforska närmare. Du har alltså inte låst dig vid denna enda dröm utan använder hela tiden vidvinkeln för att se vad som finns längs vägen. Skulle något intressant dyka upp blir det till att zooma in där istället. Sedan är vi i olika faser av livet. Det är en konst att inse i vilken fas du är. Är du i vidvinkel-fasen eller telefasen? Någon gång måste du självklart ställa in fokus. Annars blir du ingenting.

Svårt att komma igång

Våra tankar finns i nuet. Vi lever för stunden. Skolan, läxor, kompisar, träningar, filmer och spel. Kanske vi sträcker oss till helgens aktiviteter. Nästa veckas prov. Sommarresan. Men vem orkar planera längre än så?

Detta är ett av karriärplaneringens stora dilemman. Att komma igång. Att ta tag i det som ligger en bit bort. Det finns

alltid något som ligger närmare tillhands. Mycket konkretare. Och mycket roligare för stunden.



Det kan kännas som att åka runt i en rondell. Det är svårt att köra ur, men det måste du göra. Ut och dröm om framtiden! Du behöver skaffa dig förmågan att tänka framåt.

I en enkät om väljande var en av frågorna: **Har du svårt att fatta beslut?**

Svarsalternativen var

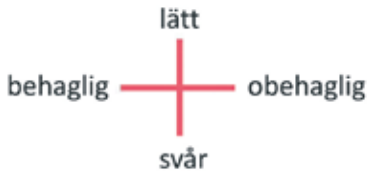
- Ja
- Nej
- Vet ej

Komiskt nog markerade över hälften det sista alternativet.

Det behövs tid

Varför är det så svårt att komma igång?

Jo, det beror på "ställtiden". Det är den tid det tar att ställa i ordning och förbereda. Olika uppgifter kräver olika långa ställtider.



- ✓ Kortaste ställtiden har saker som är lätta och behagliga (träffa kompisar)
- ✓ Sedan kommer uppgifter som är lätta men obehagliga (dammsuga)
- ✓ Därefter saker som är svåra och behagliga (planera påskresan till Frankrike)
- ✓ Längst ställtid har svåra och obehagliga uppgifter (bestämna vilken utbildning du ska gå)

Uppgiften att välja utbildning är jättesvår med tanke på det enorma utbudet. Ganska obehaglig när du inser hur mycket du måste välja bort. Spännande – ja. Men samtidigt olustig. Nervpirrande och läskig på samma gång.

Sätt upp delmål

Tydliga och tidsbegränsade delmål gör att du minskar ställtiden och kan komma igång snabbare. Läs snabbmanualen i början av boken. Där beskrivs fem konkreta delmål som du kan klara av på fem kvällar.

Deadlines är bra



Deadlines tillsammans med delmål är de bästa metoderna för att komma igång med en uppgift. Egentligen är delmål och deadlines samma sak. När du sätter upp delmål skapar du en massa deadlines.

Ett annat sätt är att du och en kompis bestämmer er för att träffas och diskutera tillsammans. Att pappa eller mamma ska behöva tjata är ofta inte så effektivt, men om det nu går dithän kan du åtminstone föreslå att ni gör det över en pizza.



När du söker till högskolan är det satt en tidsgräns. Hit får du tänka, men inte

längre. Den 15 april klockan 23.59 varje vår är sista chansen att söka till högskolan. Sedan är det kört (nåja).

Den 15 april 2014 klockan 22.00, alltså två timmar innan deadline, var över 7 000 personer inloggade samtidigt på antagning.se. Då kraschade anmälningsservern. På skärmen lyste "just nu kan du inte använda anmälningstjänsten". Gissa om många blev nervösa. Men det var lugnt för man tvingades förlänga anmälningstiden med ett dygn. Alla som ville fick alltså 24 timmar extra att tänka igenom valet.

Men det kan väl inte ha varit någon som ändrade sig så sent, eller?

Jo – otroliga 20 200 personer. Av dem sökte 2 149 den allra sista timmen, alltså mellan 23 och 24 – under extradygnet den 16:e april. Tala om beslutsångest.

Den danske filosofen Kirkegaard levde på 1800-talet. Då handlade det inte om valet till högskolan, men problemet verkar tidlöst.

Tänk dig styrmannen på ett fartyg i det ögonblick han skall göra ett slag: måhända säger han, att jag kan göra så eller så, men även om han är en dålig sjöman så håller likväl fartyget sin vanliga fart; och det var bara ett ögonblick som det var likgiltigt vilket

han valde. Det gäller varje människa; glömmet hon att beräkna sin fart, kommer strax det ögonblick då det inte längre finns något antingen – eller, inte därför att hon har valt utan därför att hon har underlåtit att välja; därför att andra har valt för henne: därför att hon har förlorat sig själv.

Berätta för andra hur du tänker

Om du inte berättar om dina framtidsplaner kan ingen annan ge dig respons. Att komma igång direkt kan därför vara så enkelt som att du börjar berätta för kompisarna om hur du tänker. Du öppnar för samtal om framtiden, och så är snöbollen i rullning.



Vågar du vara så djärv att du lägger ut dina framtidsfunderingar på sociala medier? Skriv till exempel så här:

Har blivit lite intresserad av utbildning till optiker. Känner ni någon som går den och som vet hur det är att plugga där.

Det kan få ordentlig fart på dina tankar.



Fantisera din karriär

Karriär – ofta förknippas det med arm-bågar. Att ta sig uppåt. Ibland på andras bekostnad. Högre lön, högre status. För mig är karriär något annat. Det är den stig var och en spårar upp åt sig själv under sitt utbildnings- och yrkesliv. Helt enkelt en kedja av utbildningar och jobb. Din levnadsbana.

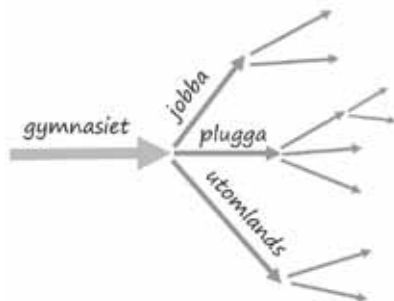
Karriär är en livslång process som vi i bästa fall själva styr över. Vi har bara en karriär, eftersom vi bara har ett liv.

På Facebook hade en tjej lagt upp en bild på sig själv när hon rensade ogräs. Hon skrev:

Här ser du mig som parkarbetare i min ungdom. Nu, tre år senare, har jag fast jobb på Burger King. Så ha hopp alla ni som sliter i parkerna i sommar. Man kan komma hur långt som helst.

Du har redan börjat din karriär, om

inte förr så definitivt när du valde gymnasieprogram i nian. Sommarjobb och praktikplatser är också delar av din karriär. Nu är det dags att blicka framåt. Hur vill du att din karriär ska se ut?



Tänk med papper och penna. Rita en pil som symboliserar gymnasiet. Vid slutet finns ett vägskal med pilar åt olika håll. En går mot utbildning, en annan mot jobb och en tredje kan hända mot äventyr utomlands. Vad händer om du följer de olika pilarna? Nya förgreningar uppstår, nya vägskal där du måste bestämma riktning. Till slut har du pilar åt alla håll, som grenarna i ett yvigt träd. Du började i stammen och nu är du långt uppe i trädkronan. Du är mitt inne i dina möjliga karriärer.

Ställ tre frågor för de alternativ du utforskar:

1. Vad är det bästa som kan hända?
2. Vad är det värsta som kan hända?
3. Vad är det mest sannolika?

Någon blir läkare, en annan bilmeka-

niker, en tredje får fast anställning på Burger King. Alla har sina karriärer. Vem kan tala om att din karriär är bättre än min? Men det är förhoppningsvis du själv som styr.

Vad vill du inte bli?

Vad ska du bli när du bli stor? Ingen reagerar på att frågan är konstig, utom att den kan vara jobbig att besvara. Men har du någon gång mött frågan: Vad ska du inte bli när du blir stor?

Tvärtom-metoden är en metod som kan stimulera dig att tänka i nya banor. Du formulerar helt enkelt motsatsen till ditt problem. Anta att en lärare håller ganska tråkiga lektioner. Klassen får till uppgift att föreslå hur lektionerna ska bli roligare. Ni kan då formulera problemet som motsatsen till det ni vill åstadkomma, exempelvis genom frågan "hur kan våra lektioner bli maximalt tråkiga?". På detta sätt kan ni få nya perspektiv på problemet. När det gäller att välja din framtid kan du använda tvärtom-metoden.

- Varför vill du inte bli lärare?
- Varför vill du inte bli ingenjör?
- Varför vill du inte bli undersköterska?
- Varför vill du inte bli allt annat som du inte vill bli?

Detta är ett bra sätt att fundera på framtiden. När frågan "Vad vill du bli"

är uttjatad – fråga istället "Vad vill du inte bli? Och varför vill du inte bli det?"

Hjärnan och hjärtat

Vilket råd är det mest klassiska du kan få när du ska välja utbildning? Jag tror det är "Använd både hjärnan och hjärtat". Men vad betyder det egentligen?



Hjärnan står för förnuftet. Ditt intellekt. Att tänka logiskt, rationellt och strukturerat. Du letar utbildningar, jämför dem, ställer dem mot varandra, letar igen, upptäcker något nytt, funderar över hur du kunde tänka som du gjorde, börjar om igen.

Hjärtat handlar om känslorna. Det emotionella. Du blir helt enkel kär – eller överväldigad – eller förvåntansfull – eller ledsen – eller förvirrad – eller nyfiken – eller rädd. Ofta påverkas du av vad andra tycker.

Se upp för fällorna

Det finns två fällor när du ska välja

✓ Långsamfällan

Hjärnan behöver tid. Det är en process,

något som växer fram. Långsamfällan är hjärnans velande och tvekan. Beslutsångest. Som att köpa en ny telefon. Precis när du har bestämt dig är en ny och bättre modell på väg. Du skjuter upp valet till absolut sista minuten ifall något bättre dyker upp. Efter en utbildningsmessa kan du hamna i långsamfällan. Du får så oerhört många intryck att du blir helt förvirrad. Katalogerna blir liggande hemma på ditt skrivbord i en jättehög, omöjliga att plöja igenom.

✓ Snabbfällan

Hjärtat är snabbt. Känslorna kommer direkt. Ingen betänketid. Snabbfällan är känslornas hastiga överfall. När en kompis sms:ar några timmar före midnatt den 15 april att du bara mååååste söka till Umeå. Eller när högskolan skickar sin reklambroschyr bara en vecka före valdagen för de vet att det är då du lättast hamnar i snabbfällan, innan hjärnan hinner kompensera. På en utbildningsmessa är det lätt att hamna i snabbfällan. En entusiastisk student kan förändra hela din värld. Du upptäcker för första gången hur någon brinner för en utbildning. Och du vill också brinna. Du glömmer att relatera andras entusiasm till din egen personlighet och din egen situation. Men när detta är sagt – tillåt dig också att bli förälskad! Har du inga sådana känslor för ditt val är du nog på fel spår.

Du blir handikappad om du inte använder både ditt förnuft och dina känslor. Både det långsiktiga, intellektuella tänkandet och det snabba, känsllosamma. Hjärna och hjärta i samspel.



Fötterna behövs också

Jag vill lägga till fötterna. Välj med hela kroppen. Välj med hjärnan, hjärtat och fötterna. Det blir egentligen motsvarigheterna till utåt, inåt och framåt.

Vi har pratat om fötterna tidigare, så de är inte bortglömda. Men de är så viktiga så jag vill nämna dem igen. Vi kan inte tänka oss till ett val genom att bara stirra in i datorn. Vi måste ut och möta verkligheten, exempelvis på studentmässorna runt om i landet. Sacomässorna i Stockholm och Malmö hålls i november när du har ett halvår på dig innan valet. Du hinner bli förälskad flera gånger och sedan bearbeta dina känslor. Du behöver inte hamna i varken snabbfällan eller långsamfällan.

Är du maximerare eller satisfierare?

Den amerikanske psykologen Barry Schwarz har skrivit boken Valfrihetens tyranni (the Paradox of Choice), där han delar in oss utifrån hur vi väljer. Vi är antingen "maximerare" eller "satisfierare".

Maximerarna strävar efter att alltid hitta det bästa alternativet. När de valt funderar de över om de trots allt kunde ha gjort ett ännu bättre val.

Satisfierarna behöver inte utforska alla möjligheter som finns, utan är nöjda när de hittar något som är "tillräckligt bra". Då slutar de leta.

Satisfierarna mår generellt sett bättre än maximerarna. Ju mer en människa försöker maximera sina val, desto mer missnöje uppstår. Med många valmöjligheter följer också många förlorade chanser. Ju fler möjligheter som måste offras, desto djupare blir känslan av förlust. Man fokuserar helt enkelt mer på de missade möjligheterna än de möjligheter man faktiskt har fått.

Du blir aldrig helt säker

Ju mer du vet om olika alternativ, desto bättre förutsättningar har du att välja rätt. Är detta sant? Många svarar reflex-

mässigt ja. Rent logiskt bör ökad information göra dig till en bättre väljare. När du har samlat in all information jämför du alternativen. Bästa alternativet vinner.

Men tänk om ekvationen "mer information = bättre resultat" inte är sann. Tänk om det i själva verket är precis tvärtom. Informationen som du skaffar för att ta bort osäkerheten gör istället att osäkerheten ökar ännu mer.



Osäkerheten beror på att det finns nästan oändligt med information om varje alternativ. Om du har 100 tänkbara utbildningar i sikte så har du också 100 isberg framför dig. Det du ser av isberget ovanför vattenytan är bara en bråkdel av vad som egentligen finns att ta reda på. När du gräver dig ner under vattenytan, alltså skaffar mer och mer

information, tappar du till slut överblicken. 100 isberg är 95 för många!

Informationen kan också vara subjektiv och vinklad av sändaren utifrån hans eller hennes perspektiv. Kanske den inte ens är sann? En säger "bli aldrig lärare" och den andre säger "detta är världens bästa yrke". En är helt lyrisk över sitt jobb som sjuksköterska, en annan fokuserar enbart på den obekväma arbetstiden. Ju mer du får veta, desto mer motsägelsefull information får du, och snart vet du inte heller vad som är sant eller falskt. Det finns en "lag" som säger:



A man with one watch knows what time it is. A man with two watches is never sure.

En risk med det enorma utbudet av utbildningar är att du kan bli så paralyserad att du helt avstår från att göra ett val. I ett ofta citerat experiment fick kunder i en mataffär smaka sex olika marmeladsorter och erbjöds sedan rabatt på valfri burk. 30 % av de som

smakade köpte en burk. När forskarna dagen efter lät folk smaka 24 olika marmelader borde rent logiskt ännu fler köpa. Men så var det definitivt inte. Bara 3 procent köpte en burk.

Det kanske till slut blir som när Bruce Springsteen sjunger om huset han köpte i Hollywood Hills. Med massor av tv-kanaler borde det finnas något att välja på.



**We switched 'round and round' til
half-past dawn
There was fifty-seven channels and
nothin' on
Fifty-seven channels and nothin' on
Fifty-seven channels and nothin' on**

Låter det som att jag uppmanar dig att strunta i information? Nej, så menar jag inte. Som oftast finns det två diken att hamna i. I det ena överkonsumerar vi information. I det andra tar vi nästan inte reda på någonting utan går helt på vår magkänsla. Någonstans mitt emellan är nog ändå bäst som vanligt!

Det är omöjligt att utforska samtliga isberg. Om du har den ambitionen blir du som oceanångaren Titanic på väg till New York 1912. Du kommer att kollidera med ett av isbergen och sjunka till Atlantens botten.

Vad är nummer ett?

Vad är viktigast när du ska välja utbildning? Enligt "boken" borde svaret vara av typen

- ✓ Det här passar min personlighet
- ✓ Kvaliteten på utbildningen är hög
- ✓ Chanserna till jobb efteråt är stora



Men det kanske inte i första hand är sådant som lockar. Den fina utvärderingen från Universitetskanslersämbetet är underordnad en massa annat. Närheten till stranden. Skidåkningen som finns runt knuten. Studentfesterna. Gymmen på campus. Att skolan ger bostadsgaranti.

Just detta med bostadsgaranti gör mig konfunderad. Vi är olika och några behöver tryggheten i förväg. Vissa städer är hopplösa med studentrum. Jag vill inte förringa bostadsfrågan. Att bo i kappsäck tar hårt på krafterna. Men

hur mycket ska det få styra dig? Brukar det inte ordna sig med bostad? Självt pluggade jag i Umeå och tillbringade de första månaderna i källaren hos en snäll gammal tant. Det tog jag ingen skada av (vad jag vet i alla fall).



Även om du får en bostad så kan du råka illa ut. Vägglössen sprids i vissa studentområden. "Olägenheten med lägenheten är inte hyran utan ohyran" skaldade en humaniorastudent.

Apropå det här med bostad så hörde jag om en student från Umeå som blev erbjuden ett rum i Grisbacka. Hur roligt låter det? När jag var i Halmstad upptäckte jag deras bostadsområde Kärleken. Häftigt namn. Men skenet kan bedra, det anar man i Halmstads buss-tidtabell. Rutten Kärleken – Lasarettet – Kyrkogården tar bara 15 minuter.

Kvalitet på utbildningen

Jag upplever överlag högskolornas information som seriös. De lockar inte med en gratis cykel eller ett gymkort bara för att du ska söka just dit. Men de

är självklart medvetna om att blivande studenter är mottagliga även för sådant som inte direkt är relaterat till program och kurser.

Nedan finns en lista med saker som jag märker att högskolorna ofta framhåller i sin information. Många av dem handlar om kvaliteten (exempelvis arbetslivskontakter och praktik, antalet lärarledda timmar och lärarnas kompetens) medan andra rör saker som är viktiga för att få ett vettigt liv (bostadsfrågan, kultur- och idrottsutbud och studentliv). Jag gissar att några av dem känns viktigare än andra. Därför föreslår jag att du fyller i tabellen genom att ta ställning till om just den här saken är viktigt eller inte.

	Hur viktigt är det?		
	mycket	lite	inte
Bostadsgaranti			
Bostad i studentkorridor			
Studentlivet			
Kulturutbudet			
Idrottsmöjligheter			
Utlandsutbyte			
Arbetslivskontakter			
Praktik i utbildningen			
Storleken på högskolan			
Forskning i mitt ämne			
Lärarledda timmar			
Jobbchanser efteråt			
Ett samlat campus			
Lärarnas kompetens			
Studiegruppernas storlek			

Mer personliga argument som jag ofta hör är närheten till hemorten, kompisar på samma ort och hänsyn till andra,

exempelvis pojk- och flickvänner.

Det är du själv som avgör vad som är viktigt, men jag hoppas ändå att du inriktar dig först och främst på det som har med själva utbildningen att göra. Ta dig en rejäl funderare om du märker att det är helt andra saker som blir de viktigaste orsakerna till ditt val.

Vi får lätt tunnelseende

Vi kände inte varandra så väl, men han var jättesäker på sin framtid. Han skulle bli jurist. Ville inte diskutera något annat alternativ. Det var det enda som gällde. Han hade pratat om det under hela gymnasiet. Han gick ut med toppbetyg och kom in på juristlinjen direkt. Efter ett år var han tillbaka i hemstaden. Han hade hoppat av. Inte för att det var svårt att hänga med. Men utbildningen kändes helt fel. Varför?



Kanske han inte hade vågat titta åt sidorna eller lyssna på någon annan.

Tunnelseende, skyggglappar – ord som är svåra att ta i sin mun vid ett sådant tillfälle, men kanske ändå sanna.

En häst brukar förses med skyggglappar för att tvinga den att fokusera framåt, mot ett enda bestämt mål. Chanserna att upptäcka nya mål är borttagna. Det är bara framåt som gäller. Hästar borde annars ha ypperliga möjligheter att se åt sidorna, eftersom ögonen sitter på sidorna av huvudet.

Riskabelt med selektivt lyssnande

Det är till och med så att du riskerar att förstärka en uppfattning som från början inte var speciellt välgrundad. Det kallas selektivt lyssnande. Du lyssnar på alla argument som talar för den egna saken. Och stänger öronen när någon påstår att det finns svagheter i resonemanget.

Seriefiguren Hagbard besöker en läkare: *"Hagbard, du måste sluta äta lever, blomkål och spenat. Och en extra öl då och då är nyttigt för hjärtat."* Hagbard var snabb att svara: *"Okej, om doktorn säger det."* I sista bildrutan går han sedan hem och tänker: *"Det tog tid, men nu äntligen har jag hittat en läkare jag tror jag kommer att trivas med"*.

När EU-studien Metapredict kom ut 2012 visade den att människor svarar mycket olika på konditionsträning. För

några kan det rentav vara skadligt för hälsan att träna. Rubriken i DN löd: *"Träna kondition inte nyttigt för alla"*. Genast kom reaktionerna i sociala medier: – Äntligen fick jag det bekräftat – Jag är ingen svarare – träning biter inte på mig – Skönt att inte ha dåligt samvete för att vara lat

En del skämtade naturligtvis, men i alla fall. Det är lätt att ta till sig det som känns bra för stunden.

Våga ompröva ditt mål

Livet är aldrig bara svart eller bara vitt. Ibland är vi tvärsäkra och tror oss ha alla svaren, men är egentligen väldigt okunniga. Ju mer vi lär oss, desto mer inser vi hur lite vi egentligen vet. Är du redan 100 procent säker på ditt val av utbildning? Ifrågasätt i så fall dig själv ännu en gång. Har du kollat upp alternativen? Har du bollat dina idéer med någon? Har du vågat fundera med en utomstående om andra vägar i livet?

"Håll ögonen på målet" är gammal visdom. Men det är lika sant att ibland säga *"håll ögonen borta från målet"*. G B Shaw sa:

Det enda som är värre än att inte nå dit du vill – det är att nå dit.

Ett klurigt citat som kräver en del

reflekterande. Stanna upp och fundera över vad det betyder för dig!

Granska det som sägs

Att fråga och ifrågasätta är en viktig del av att vara student. Att inte ha alla svar. Att inte oreserverat tro på allt som sägs. På Stockholms universitets webbplats berättar en före detta student:

Det viktigaste jag har med mig från universitetet är att tänka kritiskt. Att alltid ifrågasätta mina hypoteser och fundera om det inte kan vara på något annat sätt.



Där är därför inte så dumt att tillämpa den kritiska hållningen redan innan du blir student.

- ✓ Kan du lita på tidningens rubrik om att yrket är ett "framtidssyrke"? Tänk om det visserligen finns jobb men ingen vill ha dem därför att lönen och arbetsmiljön är urusel?

- ✓ Kan du lita på branschföreträdare som säger att det fattas folk? Kanske de bara vill att fler ska utbilda sig så det finns extra många att välja på?
- ✓ Kan du lita på Universitetskanslersämbetets ord om den höga kvaliteten på en viss utbildning? Tänk om läraren som höll upp hela institutionen har bytt jobb?
- ✓ Kan du lita på kompiserna som säger att den högskolan han går på är bäst. Hur vet han det? Han har ju inte gått på någon annan.
- ✓ Kan du lita på högskolan som säger att det är extra nära och täta kontakter mellan studenter och professorer? Hur vet de att det inte är lika bra på andra ställen?

För ett tag sedan var jag tillsammans med komvuxelever på information hos det lokala arbetsförmedlingskontoret. Ett budskap var att industrin ropar efter svetsare. En av deltagarna räckte upp handen och sa att han var svetsare med gedigen utbildning. Han hade sökt tio jobb men inte fått ett enda. Arbetsförmedlaren blev jättestressad och visste inte vad hon skulle säga. Jag känner den här killen som väldigt trevlig men vet i och för sig inte hur duktig han är på att svetsa. Men jag vet att han är från Afrika och heter Mustafa.

Fråga aldrig frisören om du behöver en hårklippning.

Framåt

Det är ett talesätt som visar på hur viktigt det är att kolla vem som ger informationen. Världen är full av människor som vill förse dig med sanningar som är i deras egna intressen.

Information är bra när du ska välja. Reklam är också bra. Det är dessutom roligt med människor som brinner för sin sak och vill förmedla det till andra. Sedan måste var och en använda sitt kritiska tänkande och sitt sunda förnuft.

Här är några exempel på vanliga påståenden och hur du skulle kunna ifrågasätta dem.

- Det är lätt att komma in!
- Oj, varför vill ingen gå programmet?

- Vi är flexibla!
- Undrar om det finns någon ordning och struktur?
- Vår utbildning är unik i Sverige.
- Konstigt att inga andra skolor tror på idén.
- Praktikplatsen ordnar du själv för att lära dig ta kontakt.
- Här finns inget utarbetat samarbete med arbetsplatserna.
- Alla får jobb efter utbildningen!
- Varför vill så få ha den här sortens jobb?

Tage Danielsson sa på sin tid:

Utän tvivel är man inte riktigt klok.





Prata med studie- och yrkesvägledaren

Dags att prata med en vuxen. Någon som framförallt kan lyssna in dina planer och funderingar. Som vill försöka förstå hur du tänker. Inte i första hand för att ändra på dina tankar. Utan någon du kan bolla dina idéer med. Och kanske någon som vill vidga dina vyer och tipsa om ytterligare möjligheter.

Du kanske också skulle vilja möta någon som vågar ifrågasätta en del av vad du säger. Som kan ställa dig mot väggen ibland för att du ska tvingas motivera varför du tänker som du gör. Det kan vara nyttigt att få lite mothugg och tvingas omvärdera en del, eller kanske förstärka det du redan tror på. Sedan kommer ni förhoppningsvis fram till en plan för din framtid.

Du ser alternativa vägar för att nå de mål du har satt upp. Det är du själv som har haft den planen och framförallt drömmen inom dig. Det är inget som en studie- och yrkesvägledare kan tvinga på dig. Men som han/hon förhoppningsvis kan locka fram ur ditt inre.

En sådan studie- och yrkesvägledare skulle jag vilja vara. Kommer du till mig kanske du inte alls upplever att jag är på det sättet. Men jag skulle vilja.

Ibland tänker jag mig att det finns tre typer av elever som besöker mig.

- ✓ De som klarar sig i stort sett själva. De kommer mest för att prata bort lite tid.
- ✓ De som behöver viss service. De vill veta vilka vägar som finns till vissa yrken. Vill veta lägsta antagningspoäng. Hur man gör när man söker. Kanske lite om att studera utomlands.
- ✓ Elever som behöver full service. Det är sådana elever som jag har beskrivit ovan.

Vi har olika utgångslägen

Alla har vi olika bakgrunder. Några har höga betyg, andra låga. Några har stora drömmar, andra har inga drömmar alls. En forskare beskriver fyra typer beroende på utgångsläge.



1. Attraktivitetsväljare

Välj det mest fördelaktiga. Det kan du göra som har bra betyg eller bra högskoleprov. Kanske också du som har ett specialintresse.

De extrema attraktivitetsväljarna är relativt få. Jag träffar ändå då och då personer som är i den sitsen. De kan peka på vilken utbildning som helst och kommer att få en plats om de söker. Allt är inom räckhåll. Ändå är det så svårt att välja. Pressen från omgivningen att välja statusyrken, typ läkare, advokat eller psykolog, är ofta stor. Det är ju inte alls säkert att det är vad som passar. Det finns heller aldrig någon garanti för att ett val ska bli som du tänkt dig även om du kan välja precis vad du vill.

En stor grupp attraktivitetsväljare är de med hyfsat bra betyg, om än inte maxpoäng. Okej att läkare kan kännas ouppnåeligt, men många attraktiva utbildningar är inom räckhåll.

2. Repulsionsväljare

Välj mellan två onda ting och välj det minst onda. Det gör ofta den som inte har så bra skolresultat eller andra meriter. Det kan finnas höga drömmar men de känns omöjliga att förverkliga.

Repulsionsväljarna blir jag lite beklämd av att möta. Jag tänker speciellt på en kvinna som fick barn tidigt. Hon hann inte gå klart gymnasiet. Tiden hade sedan gått och nu var hon i 30-årsåldern utan utbildning. Hon städade på heltid men var trött på arbetsuppgifterna. Någon längre utbildning var inte aktuell. Efter mycket funderande mellan en barnskötarutbildning och en vårdutbildning valde hon den senare. Inte för att hon tyckte den lät spännande, utan mest för att slippa städjobbet och kunna få lite pengar från CSN.

3. Interimsväljare

Skjut upp valet. Välj något i väntan på bättre tider. Om du har svårt att bestämma dig kan du göra något annat medan du funderar vidare.

Interimsväljarna känns ofta kul att möta. Många har spännande planer på

teaterskolor, språkskolor, originella resmål eller udda jobb. En levnadsglad kille fick jobb som tiger på Max. Han skulle helt enkelt gå runt i en tigerdräkt och se till att barnen blev glada när de käkade hamburgare. Ett genomgångsjobb skulle man utan överdrift kunna säga. Ett interimistiskt – tillfälligt jobb.



4. Alienerade väljare

Karriärmål saknas, välj "vad som helst". Tillfälligheterna får bestämma vad som händer. Du lever utan långsiktig plan.

De alienerade väljarna kämpar med främlingskap och utanförskap. Det kan gälla infödda svenskar likaväl som invandrare. Men nya svenskar är ofta okunniga om vårt utbildningssystem. Jag träffar dem varje dag på komvux. Många säger att de kan jobba med vad som helst bara de får ett jobb. Men inte ens det är lätt.

**Känner du igen dig
i någon av grupperna?**



Spring, spela hockey och ät pizza – och lär dig välja!

Lär av löpningen

Springinspiration – ett härligt ord. Ibland måste jag tvinga mig ut, ibland är det omöjligt att låta bli.

Men efteråt är det alltid en skön känsla. Lär dig löpningens grunder för att hitta rätt i livet.

Börja i tid och börja lätt

Många börjar alldeles för sent i livet med löpningen. När kilona ökar blir man plötsligt medveten om sin dåliga kondition. Då ska allt ske på en gång.

Ett snabbt resultat på kortast möjliga tid. Gör inte det misstaget när du ska välja utbildning. Börja i tid! Att välja utbildning är en process. Livets största lopp behöver förberedas i god tid.

Tänk långsiktigt

Öka gradvis distansen och tempot för att vara i god form till den viktiga tävlingen. Om du sätter igång tankarna kommer sedan olika utbildningar att snurra i huvudet framöver. Du vänjer din kropp vid framtiden. Ett öppet sinne gör dig lyhörd för den information som du möter.

Sträck på dig

Håll upp överkroppen och spring stolt. Du har många starka sidor och mycket resurser inom dig. Tro på dig själv! Tänk stort!

Hitta rätta steget

Att få flyt i löpningen kräver bra foti-sättning – om du ska landa på hälen, mellanfoten eller framfoten kan diskuteras. Jag föreslår att du sätter i fötterna på en mängd ställen, exempelvis webb-sidorna för högskolor, yrkeshögskolor, folkhögskolor, arbetsförmedlingen och Saco

Ta inte för långa steg. Stanna upp minst en gång i veckan då du lite mer struk-turerat utforskar, läser och funderar. Pendla med armarna för att få flyt i ste-get – långa utbildningar, korta utbild-ningar, hög status, låg status. Upptäck hela bredden av utbildningar och yrken.

Variera passen

Intervallträning, distansträning, spänst. Titta på webbsidor, läs kataloger, prata med olika yrkesmänniskor, prata med studenter, gå på mässor.

Skriv träningsdagbok

Skriv upp vad du har utforskat och om det var något för dig. När du hittar en utbildning som verkar intressant, skriv upp den så att du kan gå tillbaka en

månad senare och se om den fortfa-rande verkar aktuell.

Träna med en kompis

Det blir roligare om man springer till-sammans. Bestäm exempelvis att ni ska kolla in ett speciellt universitet just den veckan. Hitta en utbildning som var och en av er skulle kunna tänka sig att gå. Eller varför inte utmana din kompis på ett gammalt högskoleprov.

Glöm inte det mentala

Det måste vara roligt att springa. Om hjärtat och känslorna inte är med när du tänker på framtida utbildning är all träning bortkastad.

Toppa formen

De sista veckorna innan valet är merparten av din träning avklarad. Nu återstår formtoppning, vilket generellt innebär minskad volym i träningen. Samtidigt ökar du farten och kör korta intensiva pass. Nu sköljer informatio-nen över dig. Eftersom din grundträ-ning är klar kan du lätt gallra bland alla erbjudanden. Sista dagen innan valet kan du vila, då är allt klart!

Stretcha efter loppet

När du slutligen har gjort ditt val kan du i lugn och ro stretcha, jogga ner och känna dig nöjd. Du är nu i fin form inför dina studier!



Lär av ishockeyn

Nedsläpp och spelet är igång. Matchen håller på i 60 minuter. Det är din tid på gymnasiet. Tre perioder, tre år. Slutsignalen går inte förrän du har lämnat in ansökan för högre studier. Matchen är den tid du har för att bestämma inriktning på ditt liv.

Sikta mot mål



Det är viktigt att ha en dröm och ett mål. Du kan inte sikta på domaren när du skjuter. Du siktar självklart mot mål. In med pucken! Tvinga domaren att utföra det härliga tecknet för mål.

Kolla åt sidorna



Ligger du för långt fram i anfallet? Är du redan över blå linjen när passningen kommer? Domaren blåser för offside. Så håll igen lite. Visst måste du drömma, men bestäm dig inte för tidigt för ett enda alternativ. Då blir du enögd. Vidga istället synfältet och kolla efter passningar från alla sidor.

Våga när chansen dyker upp



Du blev nerdragen och får straff. En oväntad chans i livet. Var öppen när ett gyllene tillfälle plötsligt dyker upp. Hoppla på sommarjobbet. Gå teaterkur-

sen – eller det kanske är onödigt om du filmade dig till straffen :-)

Missa inte de möjligheter du får



Du kastar iväg en puck på måfå som ingen lyckas fånga upp. Icing och nedsläpp i egen zon. Onödigt att kasta bort en chans som du skulle kunna förvalta bättre. Kanske ett öppet hus som du inte brydde dig om att gå på, eller en yrkesinformation i aulan som du skolkade ifrån.

Fundera över din situation



Laget rullar på tre femmor så du får sitta en del i avbytarbåset. Fundera på framtiden. Ta den tid du behöver. Hoppa inte in för tidigt efter vilan, då blir det lagstraff för "too many players on the ice".

Följ inte bara efter



Haka inte utan vidare på andras val. Välj efter dina egna förutsättningar, inte efter andras. Annars två minuter för hooking.

Lyssna och diskutera



Prata med kompisar. Prata med vuxna. Irritera dem lite ibland. Ställ dem mot väggen. Tryck upp dem mot sargen. Diskutera, lyssna och fundera på vad de säger. Bolla idéer. Crosschecking, tripping, charging, interference, slashing – alla sätt är bra.

Ta ett snack med coachen



Ta en time-out när du är trängd. 30 sekunders intensivt taktiksnack med coachen, studie- och yrkesvägledaren. Fundera över strategin framöver. Hur ska du få ihop dina tankar?

Du vinner på att jobba hårt



Slås inte på plan. Då åker du för roughing. Vänta till efter matchen. Då är det oftast slagsmål om platserna till högskolan. De som har högst betyg eller bäst på högskoleprovet kommer att vinna fighten. Har du låga betyg så gäller det att förbereda dig noga inför högskoleprovet.

Kom igen om du förlorade



Din kompis fick matchstraff. Det blev varken slutbetyg eller examen. Stötta! Ett sabbatsår är bra och på komvux kan man läsa in en gymnasieexamen.

Matchen är slut

Slutsignal. Nu har du gjort vad du kan. Ansökan är inlämnad. Du har kämpat väl. I bästa fall blir du matchens lirare och får den attraktiva platsen som du har sökt.



Ät pizza och lär dig välja

Jag gick till Castello i Örnsköldsvik för att beställa två hämtpizzor.

- Hej kompis! Vill du beställa?
- Öhh – två olika. Vad finns att välja på?

Menyn innehöll otroliga 164 pizzor. Dessutom fanns hurtiga små texter av typen:

- ✓ "Svårt att bestämma? Gör två pizzor till en."
- ✓ "Valfrihet är viktigt. Kombinera din egen pizza."

Rädd att välja

Jag kände plötsligt ångest – skräcken av att välja fel. Ett myller av alternativ. Hur får jag ordning?

Ta en tankepaus

Jag bestämde mig för att skjuta upp valet. Ta en time-out! Kompisen i kassan hade nyligen läst på komvux och jag kände honom. Jag höll för menyn och frågade:

- *Vad heter nummer 134?*
- *Vilket nummer har Vergato?*
- *Vilka ingredienser är det på en Ikaros?*

Tro mig – han kunde hela menyn utantill.

Skaffa struktur

Nåväl, pizzorna var grupperade ämnesvis – köttfärspizzor, baconpizzor, salamipizzor, kebabpizzor. Ungefär som högskolor, universitet, yrkeshögskolor, folkhögskolor. En bra början! Jag hade fått koll på de stora dragen och fastnade

för köttfärs. I den finns säkert lite av varje, en bred utbildning. Toppade med champinjoner, och därmed hade jag valt program – Maffioso.

Nästa pizza valdes med samma taktik:

1. *Hämtade andan lite.*
2. *Skaffa struktur. Först de stora dragen.*
3. *Sedan detaljerna.*
4. *Jag gjorde min anmälan – nummer 35, Puttanesca.*

Ångra medan tid finns

Men nu dök det upp ett nytt moment

5. Jag ångrade mig.

Ja faktiskt – vem vill egentligen ha en Puttanesca – baconpizza med skinka (!). Hur kunde jag? Tur att han inte hunnit lägga på ingredienserna.

När du väl har kryssat ditt val öppnas ofta ögonen. Du kan se på valet "utifrån". Anmälan dig därför redan när antagning.se öppnar en månad före deadline. För tänk om du utbrister: "Hur kunde jag tänka så?" Då kan du ångra dig fram till den 15 april klockan 23.59. Sedan åker pizzan i ugnen.

Tror du på slumpen?



Fråga några yrkesverksamma varför de valde som de gjorde och du får ofta slumpen som förklaring. Jag har själv två exempel på nära håll.

- ✓ Hon är sjuksköterska och förklarade sitt yrkesval med slumpen. Jag går med på att det är en slump att hon är kvinna! Men det är ingen slump att de flesta sjuksköterskor är kvinnor. Och hon växte upp i Örnsköldsvik, var hemkär och ville inte gärna flytta. Därför sökte hon Sjuksköterskeprogrammet, ett av få program som finns i stan. Slump?
- ✓ Han sa att det var en slump att han blev vaktmästare. Pappa var snickare och mamma undersköterska, alltså väldigt genustypiska yrken. Han

är händig och hjälpte ofta pappa hemma när de renoverade huset. Han hade inga akademiker som förebilder och efter gymnasiet var universitetet därför inget alternativ. Var det en slump att han blev vaktmästare?

Jag har inte brytt mig om att alltför hårt ifrågasätta mina vänners yrkesval. Det är nämligen ingen slump om jag skulle tappa dem.

Halka på ett bananskal

I en intervju efter en allsvensk fotbollsmatch, där supportrar kastat in föremål på plan, sa målvakten: *"Det är farligt att kasta in saker. Säg att någon kastar in en banan som jag halkar på – det är inte så kul som det låter."* Jo – det är faktiskt ganska kul.



Många förklarar sitt studie- och yrkesval med att de "halkade på ett bananskal". Kanske råkade de vara på rätt ställe vid rätt tidpunkt. Uttrycket andas både tur och lite av ödets nyck. Det är faktiskt en metod som du kan använda. Prova får du se. Halka på ett bananskal!

- ✓ Lägg själv ett bananskal på golvet
- ✓ Halka på det med flit
- ✓ Försök styra dig i fallet
- ✓ Hamna exakt där du vill

Hoppas du förstår metaforen. Att lägga ett bananskal på golvet innebär att du medvetet söker upp miljöer där du kan få nya intryck, kanske en utbildningsmessa eller ett öppet hus. Du halkar avsiktligt in genom dörren. Du styr dig till olika montrar och bokbord där du pratar med folk om utbildningar och yrken. Om du har "tur" hamnar du exakt där du ville. Annars halkar du igen.

Metoden med bananskalet förutsätter att du är öppen för intryck som möter dig. Att du vågar! Kolla själv om du är redo genom nedanstående frågor:

- Har du tyckt det varit spännande att inte veta allt i förväg? Ja Nej
- Har du någon gång bestämt dig och sedan ångrat dig? Ja Nej
- Har du haft ett klart mål och upptäckt ett bättre längs vägen? Ja Nej

Om du svarar ja på dessa frågor är du redo för att halka på ett bananskal.

Under min egen SYV-utbildning fick jag lära mig hur man *undviker* bananskalet. I dag tror jag att vi måste lära oss att *använda* bananskalet.

**Bli det du
aldrig drömt om.**

Chalmers hade en reklamkampanj med budskapet: "Bli det du aldrig drömt om". Inte alltid utan aldrig. Fundera på hur det kan ha med bananskalet att göra!

Jag hittade en tröja



Min pojke kom hem med en jättefin tröja som han hade köpt i en affär.

- Pappa, det var en ren slump att jag hittade den.
- Nej, det var alls ingen slump. Om du inte menar planerad slump?
- Va?
- Du gick medvetet in i affären. Du var

nyfiken och kollade runt. Du såg tröjan. Du provade den och den passade. Du hade pengar med dig. Du köpte den. Sedan kommer du hem och säger att det är en ren slump.

Det bara blev så

Jag själv förklarade tidigare mitt yrkesval till studie- och yrkesvägledare som en slump. Jag jobbade som lärarvikarie på en skola. I personalrummet pratade jag ofta med skolans studie- och yrkesvägledare. Det var en trevlig kille och det bara blev så att vi råkade prata en hel del på rasterna. Hans jobb verkade jättekul.

Stopp där!

Blev det bara så?

Råkade vi bara prata?

Var det verkligen en slump?



I efterhand ser jag flera saker som jag inte räknar som slump. Att kasta en tärning och slå en sexa är en ren slump

Framåt

(om tärningen är exakt likformig). Men i mitt fall kastades ingen tärning. Istället vill jag förklara mitt yrkesval så här:

- ✓ Jag vistades i en miljö full av nya intryck istället för att bara sitta på en stol och vändas över min framtid.
- ✓ Jag provade på yrket lärare som jag trodde mig gilla (och som jag fortfarande gillar) men fick upp ögonen för ett yrke som verkade ännu bättre.
- ✓ Jag var öppen och flexibel för yrken som inte direkt fanns på min önskelista.
- ✓ Jag var nyfiken på hans jobb.
- ✓ Jag var senare beredd att ta en viss risk när jag ansökte till Studie- och yrkesvägledarprogrammet.

Planera för slumpen

Det vetenskapliga namnet på metoden är *Planned happenstance theory* eller *Planerad slump*. Mindre vetenskapligt skulle metoden också kunna kallas Spring som en hund.



Vi har ofta med en hund när vi springer i skogen. Hans GPS visar att han springer tre gånger så långt som vi andra. Ändå hamnar han till slut vid samma mål – eller upptäcker ett nytt.

- ✓ Målet siktas rakt fram men starten sker i en annan riktning
- ✓ Hunden följer spåret av en kanin
- ✓ Stannar
- ✓ Sprintar i tio sekunder och lufsar i fem
- ✓ Studsar och kollar runt
- ✓ Byter färdriktning
- ✓ Uppprepar
- ✓ Kollapsar på hallmattan. Jättenöjd!

Att springa på det här sättet förutsätter ett visst förhållningssätt. En engelsk

forskare säger att man måste ha ett förberett sinne för att det ska funka.

Chance favours the prepared mind

Att ha ett förberett sinne innebär att vara:

✓ Nyfiken

Du har en vilja att hela tiden utforska nya möjligheter. Det betyder att du medvetet "utsätter dig" för kreativa miljöer och nya intryck. Det kan vara en utbildningsmessa lika väl som en kurskatalog, en webbsida eller en vuxen som delar med sig av sin yrkeserfarenhet.

✓ Flexibel

Du har en beredskap till förändring. Du är villig att ompröva dina tankar och dina mål när nya chanser dyker upp.

✓ Optimistisk

Du ser möjligheter i det som kommer i din väg. Du lyssnar på en teknolog lika väl som på en kulturvetare, och hoppas att hos båda finna något av intresse.

✓ Modig

Du handlar trots att utsikterna är osäkra. Det gör du i och för sig alltid när du gör ett val, men du måste våga för att vinna.

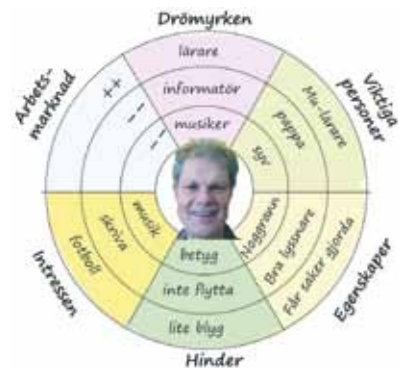
Gör så här för att bestämma

Hjulet kan hjälpa dig

Snurrar det runt i huvudet på dig? De oändliga möjligheterna därute och de lika oändliga drömmarna därinne. Vem har inte rätt att bli snurrig? Hur ska du få ordning på dina tankar? Ett sätt att sortera alla dina intryck är att göra ett hjul. Rita helt enkelt upp några cirklar på ett papper enligt figuren.

Längst in skriver du ditt namn (jag satt mitt eget foto där eftersom jag gillar att vara på bild). Du är alltså huvudperso-

nen, navet kring vilket allt just nu ska snurra.



Skriv sedan upp saker som känns viktiga när du ska välja. I figuren har jag föreslagit sex viktiga saker. Jag skriver dem längst ut – på själva vägbanan så att hjulen kan rulla över dem och trycka ut all information som finns. Vad finns då bakom varje rubrik? Det är du som bestämmer. Jag har gjort några exempel.

Drömyrken

Här kan du skriva det du vill bli ”i din vildaste fantasi”, om inga hinder finns. Eller mer jordnära drömyrken, även om ju detta är själva grundproblemet, att du inte vet vad du vill bli. Men tvinga dig ändå att sätta dit tre yrken. I exemplet vill du helst bli musiker och sätter det därför längst in, närmast hjärtat. Informatör kommer på andra plats och lärare som nummer tre.

Viktiga personer

I exemplet är din studie- och yrkesvägledare väldigt bra att bolla med. Pappa är också en stor förebild och på tredje plats rangordnar du din musiklärare.

Egenskaper, hinder, intressen och arbetsmarknad

Du följer samma mönster och rangordnar med det hetaste längst in. När det gäller arbetsmarknad markerar du utifrån prognoser som finns hos bland annat Saco och Arbetsförmedlingen.

Hur stor betydelse?

Om du vill vara mer sofistikerad kan du utveckla hjulet ytterligare. Du kan justera storleken på cirkelsektorerna utifrån hur viktiga de är. Om exempelvis ”Viktiga personer” inte är speciellt viktiga kan du göra en smal rimpa där, medan drömyrket får breda ut sig på den lediga platsen.



Så var det inför riksdagsvalet i många nättidningars partitester. Man fick ta ställning till ett 50-tal påståenden som exempelvis ”Skolan ska ge betyg i ordning och uppförande”. Är du för, mot eller neutral? Sedan följde frågan: ”Hur stor betydelse har detta för dig?” Stor, medel eller liten? Man fick helt enkelt vikta betydelsen av påståendet. Ungefär som att göra cirkelsektorerna i hjulet olika stora.

Du har nu visualiserat dina tankar inför valet. Det betyder att du har förtydligat dem genom att göra en bild. Att få tankarna på pränt är ett bra sätt att bli lite mindre snurrig. Sätt dig nu ner

i lugn och ro och fundera över bilden. Vad säger den dig? Ser du ett mönster? Kan du kombinera flera av dina intressen? Kanske du ska prata om hjulet med personerna som du tycker är viktiga i ditt liv, din studie- och yrkesvägledare till exempel.

Gör ett ambivalens Kors

Att vara ambivalent betyder att du är osäker, tveksam och kluven. Ska jag göra så eller så? Göteborg eller Stockholm? Socionom eller lärare? Iphone eller Android? Älska eller hata? Fint uttryckt är ambivalens: "att befinna sig i en känslomässig och kognitiv konflikt". Ambivalens är naturligt när du ställs inför ett val där alternativen är likvärdiga. Det finns ofta vinster och förluster i båda vågskålarna. Därför kommer väldigt få att känna sig hundra procentigt säkra i beslut om exempelvis framtida utbildning. Fördelar och nackdelar blandas.



Ett begrepp jag mött på senare tid är

ambivalensutforskning. Det är att på ett strukturerat sätt ta sig an sitt problem i syfte att lösa det. Du utgår från ett så kallat *ambivalens kors*. Angrip problemet genom att följa pilen. Vilka fördelar och nackdelar finns med min nuvarande situation? Vilka nackdelar och fördelar finns med en tänkbar ny situation?

Den här metoden används som behandling mot missbruk. Därför känns det extra kul (!) att använda den när någon "missbrukar" sina talanger, begåvningar och anlag. När någon låter livet rulla på utan att själv ta kommandot. När någon saknar en egen vilja. När "det bara blev så". Prova själv på en aktuell situation! Anta att du ska ta ställning till följande problem:

Du ska bo kvar hemma ett år för att försöka få ett jobb, eller du bestämmer dig för att luffa runt i världen.

Följ ambivalenskorset. Börja med nuläget.

1. *Vilka fördelar är det att bo kvar hemma?*
2. *Vilka nackdelar är det att bo kvar hemma?*

När du kartlagt nuet funderar du över den nya tänkta situationen. Börja med nackdelarna, sedan fördelarna (för att få ett positivt slut på samtalet).

3. *Vilka nackdelar är det att luffa jorden runt?*

4. Vilka fördelar är det att luffa jorden runt?

Detta är ett enkelt och konkret sätt att utforska och kartlägga din tankar inför en förändring. Det blir tydligt för dig själv vilka hinder som finns men också vilka möjligheter som ges. Hinder och möjligheter hör ihop.

Metoden leder till ett genomtänkt beslut. **Motivationen ökar vad du än väljer!**

Om du, i exemplet ovan, bestämmer dig för att stanna hemma så gör du det aktivt och genomtänkt, inte bara i brist på handlingskraft. Då blir det roligare att stanna hemma!

Psykologerna Miller och Rollnick, som är pappor till metoden, sa: "Ambivalensen är en rimlig plats att besöka men du skulle inte vilja bo där." Så sant, så sant.

Sista månaden innan valet

Sista månaden! Om du tyckte att du hade oceaner av tid så är det inte så mycket vatten kvar nu. Du har kommit till "Point of no return". Vändplan saknas.



Du kan ha haft hur många utbildningsalternativ som helst på din lista, men nu

blir det plötsligt på riktigt! Skarpt läge. Om en månad går tiden ut.

Det är ungefär som i valet till riksdagen. Resultat av opinionsmätningar kommer varje vecka, och de sägs vara statistiskt säkerställda. Men det är först på valdagen som det hela avgörs. Det är när du släpper valedeln i lådan som det inte går att ångra sig längre.

Jag gissar att du hunnit få ett hum om vartåt det lutar. Du känner på dig vilken typ av utbildning du vill ha. Och i vilken del av landet du vill plugga.

Sök när webb- anmälan öppnar

Min erfarenhet är att många ångrar sig direkt efter ett beslut. Eller åtminstone känner sig tveksamma. När valet är gjort känns det som om ett nytt ljus sprider sig. Man ser på valet med nya ögon, nu när det äntligen är gjort. Hur kunde jag tänka så? Jag råder dig därför att söka samma dag som antagningswebben öppnar, en månad i förväg. Du ser din framtid där på skärmen, och har tid att ändra.

Prioritera dina val

Lägg in 20 utbildningar. Prioritera från 1 till 20, alltså den hetaste högst upp och sedan i fallande ordning. Det gör du direkt i programmet. Spara och du är anmäld. Men du kan alltså ändra dig ända fram till sista minuten.

Plus och minus för dina hetaste alternativ

Återvänd till papper och penna. Ställ de två eller tre hetaste utbildningarna mot varandra. Det gör du genom att, för varje utbildning, skriva ner alla plus och alla minus som du kan komma på. Tänk igenom och ta god tid på dig. Prata, diskutera och lyssna på andra när du gör dina noteringar.

Lärare		Socionom	
+	-	+	-
XXX	XXX	XXX	XXX
XXXX	XXXX	XXXX	XXX
XXX	XXX	XXX	XXXX
XXXX	XXX	XXXX	XXXX

När du är klar med dina listor tar du pennan och markerar de två bästa plus-sen, och de två värsta minusen, för varje utbildning. Då ser du hur du tänker.

Efterjustera

Gå tillbaka till antagning.se och finjustera. Kanske är det en del småsaker att ändra på. Kanske vill du ta bort några alternativ längst ner som ändå inte känns realistiska. Eller – måste till och med ditt första och ditt andra alternativ byta plats?

Prova uteslutningsmetoden

Det är ofta lättare att tala om vad du inte vill bli än vad du vill bli. Sarah Sjöström verkar ha använt den metoden när hon blev simmare. Hon berättar för DN: "Jag gillade inte idrotter där man ska springa eller där man blir svettig. Då var det i stort sett bara simning kvar".

Datateknik
Ekoingenjör
Ekonomprogram
Ekoteknik
Elkraftingenjör
Energiingenjör
Idrottvetenskapligt program
Industridesign
Journalistprogrammet
Förskollärare

Rent praktiskt kan det gå till så här: Du har bestämt dig för att läsa vid ett visst universitet men vet inte vilket program du ska välja. Börja med att titta igenom utbildningskatalogen eller webbsidan. Gå igenom alla program. Använd sedan katalogens/webbens innehållsförteckning. Stryk det du absolut inte kan tänka dig. När du börjar bli tveksam att dra fler streck läser du lite mer. Sedan stryker du igen. Till slut återstår bara några få.

Uteslutning har redan skett

Tänk på att uteslutning har skett under hela din uppväxt. Den har troligen varit omedveten. Forskning visar att vi utesluter inom tre olika dimensioner:

- ✓ Vi riktar in oss på ett speciellt yrkesområde, en bransch, och förkastar därmed övriga.
- ✓ Vi har ofta tidigt bestämt oss för om vi ska gå en lång eller en kort utbildning.
- ✓ Vi har en klar uppfattning om vilka

yrken som passar för män och vilka som passar för kvinnor.

Utbildningar som du förkastat är svåra att få tillbaka som tänkbara alternativ. Du har redan förpassat dem till glömskans hav. Men vi förändras ständigt. Det kan vara en god idé att ta en simtur framöver för att kolla vad som finns i glömskans vatten. Kanske till och med längst ner i bottenslammet.

När du har två alternativ kvar – hur många kan du då välja bort?

Svaret är inte helt självklart. Många svarar "ett". Men det är fel. Svaret kan också vara "två". Du kan välja bort båda. Du gör inget val. Och ibland är det faktiskt bra att skjuta på det. Göra något helt annat under ett år. Men en vacker dag står du där igen med samma fråga. Vad ska du välja?

Våga singla slant

Har du fortfarande inte bestämt dig? Är det alltså fler än en utbildning som kan hamna överst på listan? Eller vet du vilken utbildning du vill gå, men funderar över alternativen snö och mörker i Luleå eller regn och rusk i Lund? Kommer du in på ditt förstaval i antagning.se stryks samtliga underliggande alternativ. Har du fått ditt förstaval har du ju fått din drömutbildning.

Du kan naturligtvis välja annat än universitet och högskolor. YH-utbildningar och folkhögskolor är inte anslutna till antagning.se utan sköter själva sina antagningar. Det gäller även myndigheternas utbildningar (typ brandman och officer). Ingen samordning alltså. Där kan du faktiskt komma in på flera olika utbildningar och skolor. Men en vacker dag måste du även där bestämma.

Ibland är det omöjligt att rent intellektuellt bestämma sig. Alternativen är så likvärdiga att det egentligen inte spelar någon roll. Det går varken med förnuftet eller med känslorna att avgöra vad som är bäst. Vad du än väljer blir det troligen rätt. Ett välfärdsproblem möjligen, men ändå. Nåväl, hur gör du nu om du inte kan bestämma dig och tiden håller på att rinna ut?

Singla slant!



Haha, jag skojar inte. Du kan faktiskt singla slant. Låt slumpen avgöra på slutet! Det låter kanske horribelt och några studievägladarkollegor kommer säkert att grymta. Men faktum är att jag har provat metoden några gånger. På slutet, när inget annat har hjälpt.

En tjej valde mellan lärare och socio-
nom. Hon hade gjort allt som kunde
begäras av henne. Funderat fram och
tillbaka. Pratad med andra. Gått på
öppna hus. Gjort plus- och minuslis-
tor. Men nu hade hon kommit till vägs
ände. Båda alternativen syntes lika
attraktiva, dock inte av samma skäl. Vad
hon än valde skulle det troligen bli rätt.
Men hon kunde helt enkelt inte välja
och det var sista dagen. Jag bad henne
att singla en slant och valet blev därmed
avgjort – lärare.

Några dagar senare träffade jag henne
igen. Hon sken med hela ansiktet
när hon berättade att hon hade valt –
socio-
nom! Allt hade blivit så tydligt
när myntet tvingade henne till ett av
alternativen. Hon hade inte själv haft
förmågan att avgöra. Slanten hjälpte till
att bryta dödläget och klargöra tan-
karna. Egentligen var det inte myntet
som bestämde. Det var hon själv som
bestämde. Men när hon lät slumpen så
påtagligt avgöra kunde hon fokusera på
hur det kändes. Innerst inne hade hon
förmodligen redan svaret, men vågade
inte välja bort ett av alternativen. Nu
ställdes hon helt abrupt inför fullbor-
dat faktum. Det öppnade en ny nivå,
där hon kunde lyssna till sina djupaste
tankar. Hon kunde välja att följa myntet
– eller förkasta det.

Känn dig nöjd

Klockan slår 24.00 på valdagen. Antagning.se stänger. Känn dig nöjd om du har gjort vad du kan för ett genomtänkt val. Då kan du inte göra mer.

Samhällsplaneringsprogrammet Utbildningsprogrammet i Umeå, Skellefteå, Umeå	Stängd för sen anmälan
Geografi, kandidatprogram Utbildningsprogrammet i Umeå, Skellefteå, Umeå	Stängd för sen anmälan
Biologi och miljövetenskap - kandidatprogram Utbildningsprogrammet i Umeå, Skellefteå, Umeå	Stängd för sen anmälan

Sven Nylander var världsstjärna på 400

meter häck under 80- och 90 talet, men fick aldrig någon medalj i OS eller VM. Han kallades ibland för den eviga fyran. Så nära men ändå inte. Han skrev boken Den fjärde mannen. Så här sa han på ett föredrag:

Man ska göra sitt absolut bästa. Om det sedan inte räcker till kan man inte göra så mycket åt det, bara man känner tillfredsställelsen inombords att man verkligen gjort allt man kan begära av sig själv.

Du kommer att ångra dig



Filosofen Sören Kierkegaard, som jag skrev om tidigare, var inte precis någon lustigkurre. I verket "Antingen eller" skriver han att man alltid kommer att ångra sina val. Så fortsätter han att rada upp exempel på exempel. Till och med om man hänger sig ångrar man sig:

Häng dig och du kommer att ångra det. Häng dig icke, och du kommer att ångra det också. Häng dig eller häng dig icke, och du kommer att ångra bådadera.

Att välja och att ångra sig hör intimt

samman. Det har du säkert själv upplevt flera gånger. Nu blir det extra tydligt: Innan valet låg hela världen öppen för dina fötter. Nu har du tvingats välja en enda sak. Allt annat är bortblåst. Alla fantastiska möjligheter därute finns inte längre. Stackars dig!

En tjej skrev så här i tidningen Julias frågespalt:

Hej Julia, jag är en tjej på 14 som just blivit ihop med en kille, men mitt problem är att jag kanske gillar två andra killar bättre. Vad ska jag göra?

Mitt råd till tjejen och till dig som valt utbildning: Ångra dig inte direkt! Då kommer du bara att ångra dig igen. Gå istället vidare med det du valt. Känn dig nöjd och ge det hela ditt hjärta. Annars går det åt skogen direkt.

Du ångar mer om du aldrig väljer

Ställ följande fråga till dina kompisar:

– *Vad ångrar du mest den senaste månaden?*

Jag gissar att du får svar av typen:

- *Cykeln jag köpte*
- *Min elaka kommentar*
- *Att jag skrek åt henne*

Gå sedan till dina föräldrar (eller varför inte till ålderdomshemmet) och ställ frågan:

– *Vad ångrar du mest i livet?*

Då får du nog en annan typ av svar. Kanske så här:

- *Att jag inte brydde mig om skolan*
- *Att jag inte reste jorden runt*
- *Att jag inte pluggade vidare*

I backspegeln kommer du troligen att ångra det du inte gjorde. Att du inte tog chansen.

Hög alternativkostnad

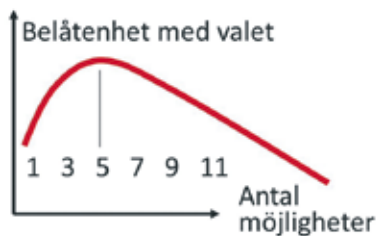
I ett experiment fick personer välja mellan två likvärdiga resor. Några dagar efter att deltagarna hade valt ett av alternativen fick de frågan hur tilltalande det bortvalda alternativet var. Det visade sig att det hade ökat i värde. Om de hade fått välja en gång till hade de tagit den resan istället. De hade helt enkelt ångrat sig och trodde att de skulle bli lyckligare om de hade valt på annat sätt.

När vi har valt minskar värdet på det vi valde. Samtidigt ökar värdet på det vi inte valde.

Den ekonomiska termen för fenomenet är *alternativkostnad*. Det är det fiktiva priset du måste betala för att avstå något. Om du väljer en hamburgare till lunch måste du avstå en pizza – du orkar inte äta båda. Om du har betyg

nog för juristutbildningen men istället väljer att läsa till psykolog så har valet kostat dig en framtida juristexamen.

I det stora utbud av utbildningar som finns idag är det nästan omöjligt att beräkna alternativkostanden. Ju fler saker du har att välja på, desto fler måste du välja bort. När du väljer psykologprogrammet innebär det inte bara att du väljer den utbildningen. Det innebär samtidigt att du väljer bort juristprogrammet och alla andra utbildningar som finns. Du får en skyhögt alternativkostnad, visserligen en påhittad kostnad men inte desto mindre påtaglig.



Diagrammet visar hur nöjda vi är när vi gjort ett val. För vi vill ändå göra ett val. Om det bara finns en sak så finns egentligen inget val. Samtidigt klarar hjärna inte av att hålla koll på tusentals alternativ.

Fem saker klarar vi att greppa. Då har vi överblick, kan göra ett genomtänkt val och känner oss sedan nöjda efteråt. Regeln "ju mer desto bättre" är nog tyvärr

inte sann, snarare "ju mer desto sämre".

"Många ångrar sitt studieval" skrev SvD och fortsatte:

Snart börjar höstterminen på landets högskolor och universitet och många påbörjar en lång utbildning. Men en undersökning från Manpower visar att många borde tänka efter lite mer. 40 procent i undersökningspanelen på 2649 svenskar med avslutade högskolestudier skulle nämligen byta utbildning om de fick välja på nytt.

Jag tror att de flesta i undersökningen inte skulle ha varit kapabla att välja anorlunda. Det är lätt att säga efteråt att de "borde tänka efter lite mer". Efteråt, när de tittar i backspeglarna. När de har facit. Men när de valde gjorde de vad de kunde utifrån den dagens förutsättningar. Och då blev det som det blev. Tror i alla fall jag.

Nya förutsättningar hela tiden

Det värsta är förresten att vi inte ens är nöjda med de alternativ som finns idag. Det kommer alltid nya saker. I vårt "förväntningssamhälle" förväntar vi oss nya produkter hela tiden. När vi exempelvis vill köpa en ny mobiltelefon väntar vi gärna på nästa modell. Den som finns i affären är ju redan gammal. Om vi ska köpa den kräver vi nästan att få den till

extrapris eftersom vi köper den idag. Vi har ju redan läst om nästa modell och dagens produkt bör därför ha ett lägre värde än morgondagens.



Lite av samma fenomen sker när du ska välja utbildning. Har du verkligen hittat det bästa alternativet, du som inte varit så seriös i dina funderingar?

Kanske du upptäcker en mer passande utbildning imorgon? Eller tänk om platserna utökas på den skola du var så nära att komma in på. För att inte tala om det låga resultatet du fick på högskoleprovet eftersom du var dåligt förberedd. Nästa gång får du bättre poäng och kan komma in på fler utbildningar.

Du ska inte bara välja utifrån dagens förutsättningar. Du ska också ta ställning till morgondagens.

Skjut upp beslutet

Efter gymnasiet känner sig många pressade av omgivningen att studera vidare. Det kanske mest är andra som vill att du ska börja plugga. För vad ska du annars göra? Men du måste fundera på om du är mogen att välja. Å andra sidan – är du egentligen någonsin mogen att välja?

Jag var scout och sedan scoutledare i många år. Vårt högtidliga valspråk "Var redo!" besvarades med "Alltid redo". Lite överhuruvt kanske. Men låt mig fråga: "Är du redo?"

Ett sabbatsår kan vara lösningen. Risken kan du dock läsa om i DN-artikeln om Lennart Kalmkvist:

Sabbatsåret har varat i 30 år

Han hoppade av gymnasiet för att ta ett sabbatsår. Men det "tillfälliga" jobbet som brevbärare blev längre än han tänkt sig. Nu har han belönats med guldklocka från posten efter 30 års anställning.

Sabbatsår är egentligen helt fel ord. Jag bodde ett år i Israel och fick uppleva sabbaten, den judiska vilodagen. Man fick i princip inte göra någonting utom att vila. Att vila i ett helt år! Du blir den största latmasken i historien.

I valsituationer används ofta bilden av ett vägsäl. När du kommer dit måste du välja, annars blir du stillastående. Rondellen kanske är en bättre bild. Du åker runt varv efter varv. Det snurrar rejält i huvudet. Slutligen väljer du utfart.

Men om du inte kan bestämma dig? Du kanske behöver tänka lite mer? Kör in på en rastplats. Skjut på beslutet och ta ett sabbatsår. Men observera i:et. Rast

och vila – kombinerat med att skaffa information.



Trafikljuset är också en bra metafor.



RÖTT

Du gör ingenting. Efter ditt sabbatsår står du på exakt samma ställe och funderar på samma eviga fråga: Vilken väg ska jag välja?



GULT

Du utnyttjar året till att samla information. Du jobba, luffar runt i världen, tar en fotokurs, lär dig ett nytt språk, läser en kurs på högskolan eller åker ut som volontär – allt utom att stanna hemma i ditt rum och leva på dina föräldrar.



GRÖNT

Du väljer väg direkt. Ingen rastplats. Du kör med full fart in i framtiden.

Är du redo för framtiden?

Sarah Sjöström skulle ta guld i sin paradgren 100 meter fjärl i OS 2012. Men det blev en fjärdeplats. Sarah var helt förkrossad efteråt. Nu var hon plötsligt "ingen". När antagningsbeskedet från högskolan kommer känner sig några som vinnare, andra som förlorare. Gratias om du har fått en plats! Det ska du fira. Men tänk om du inte kommer in. Du som har gjort precis allt vad du kunnat i skolan. Pluggat, pluggat, pluggat. Men betygen räckte inte. Det var nära, fattades bara några tiondelar. Men du fick tyvärr ingen medalj.

I Örnsköldsvik träffade jag en märklig man som uppfunnit en spik av trä. Låter nästan som ett skämt. Men spiken är gjord av kanonhårt trä, och går att använda i "vanligt" trä. Borde vara miljövänlig och attraktiv. Men han fick aldrig någon tillverkare att nappa på idén. Han höll på år efter år utan resultat. Spiken gick honom åt huvudet. En jobbarkompis till mig, som också är uppfinnare, sa så här:

Det är bra att kämpa. Men man måste ge sig någon gång. Har jag

inte nått resultat med min idé inom två år så lägger jag ner projektet och provar något annat. Annars blir jag tögig. Det finns så mycket därute att uppfinna.

Ge dig inte i första taget, om du är nära! Men det är en svår konst att inse när du ska ändra dina mål. Spikgubben var tyvärr alltför långt före sin tid. Men Sarah Sjöström kom tillbaka när hon krossade allt motstånd och tog OS-guld i Rio 2016. Och ingen har väl missat alla VM-medaljer och världsrekord som har följt därefter.

Det är bara att inse att platserna på högskolan är begränsade. Om du inte får den plats du drömmer om så finns det alltid nya chanser. Försök inse när du är spikgubbe och när du är Sarah Sjöström. Men ge dig inte i första taget. Det här är några saker du kan göra (beskrivs utförligare i avsnittet om hinder och möjligheter).

- ✓ Gör högskoleprovet igen
- ✓ Skaffa meritpoäng
- ✓ Försök höja dina betyg
- ✓ Sök till både höst- och vårterminen
- ✓ Sök i hela landet
- ✓ Sök utomlands
- ✓ Sök liknande utbildningar
- ✓ I sista hand – omvärdera ditt mål

En framtid full av möjligheter

När du funderar och planerar för ett framtida yrke gör du dig antagligen en inre bild av hur livet kommer att gestalta sig.

- *Jag vill bli lärare därför att...*
- *Min släkting är ingenjör. Jobbet verkar kul eftersom...*
- *Jag vill bli sjuksköterska för dom har sagt att...*



Forskaren och författaren Gelatt preciserar tre olika slags framtider:

1. Den troliga framtiden: vad du tror ska hända
2. Den önskade framtiden: vad du vill ska hända
3. Den möjliga framtiden: vad som kan hända (och som du antagligen inte har koll på)

Det är lätt att endast fokusera på de två första framtiderna, den troliga och den önskade. Du tänker dig att ditt framtida yrke ska bedrivas på samma sätt som det görs idag. Hur skulle du förresten annars tänka?

Titta bakåt en stund

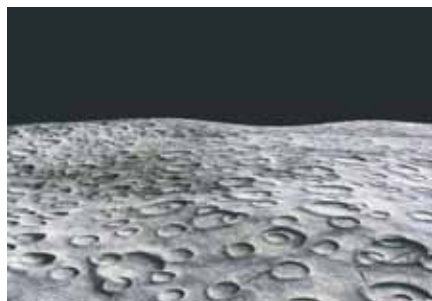
För inte så många år sedan fanns inget internet. Inga mobiltelefoner. Ingen GPS. Inget Google Translate. Några studenter var säkert visionärer, men många som började ingenjörsutbildningen trodde nog att de skulle fortsätta rita med tusch på ritfilm upptejpad på ritbord, knacka på skrivmaskiner och leta dokument i hängmappar. Varken deras troliga framtid eller deras önskade framtid slog in. De fick istället vara med om en spännande resa i den möjliga framtiden.

När jag utbildade mig till studie- och yrkesvägledare praktiserade jag en tid på grundskolan hos en 60-årig man. Han hade ett kontor med Sveriges alla utbildningar (trodde jag i alla fall) minutiöst organiserade i hyllor och pärmar. Han hade full koll och kunde svara på alla frågor. Så skulle jag också få det. Trodde jag. Jag hade inte då förmågan att se den möjliga framtiden. Den jag lever i nu. All information finns i datorn. Jag jobbar med vuxna elever. Många är invandrare. Jag lägger skolans schema och gör dess webb. Undervisar

i studieteknik. Föreläser på mässor. Skriver böcker.

Titta framåt en stund

Landaren Philae skrev rymdhistoria när den 2014 landade på kometen 67P. I tio års tid hade den varit på väg i moder-skeppet Rosetta. En resa till en okänd värld – som ändå inte var helt okänd. I två decennier har forskarna gjort allt för att utforska kometen.



Vi är på väg mot den okända framtiden. Vi har aldrig varit där förut. Men vi försöker hela tiden tänka oss in i vad vi ska möta. Hur ser det ut där borta? Vilken utbildning tar oss säkrast till kometen? Och var exakt på kometen ska vi landa?

Philaes landning blev dramatisk. Istället för att stanna kvar på platsen som forskarna noga hade valt skuttade den iväg och landade en kilometer bort. Rätt komet alltså men en annan plats. Smart att göra likadant när du ska välja. Bestäm först komet. Vilket intresseområde? Sedan finns det mängder av

landningsplatser inom det området. Du kanske siktar på någon av kometerna ingenjör, ekonom eller socionom. Sedan studsar du lite på slutet som Philae gjorde. Du provar olika vägar innan du bestämmer exakt landningsplats. Kanske ingenjören landar som forskare i datateknik, ekonomen som försäljare av raketmotorer och socionomen som rådgivare åt förvirrade rymdturister.

Glöm inte att det finns många som redan bor på kometerna. Det är studievägledare, lärare och studenter. När du pratar med dem blir världen därborta mindre okänd, och om några år landar du själv på en av de spännande stenbumlingarna därute i rymden.

Utvecklingen går rekordsnabbt. Framtidens yrken har mer att ge dig än vad du kan ana. "Vartannat jobb automatiseras inom 20 år" ropades ut i en rapport nyligen. Tekniken tar över alltmer. Men självklart tillkommer samtidigt en massa nya jobb. Det krävs ett öppet sinne – för när din utbildning är klar befinner du dig i den möjliga framtiden.

Betygen inte allt

När du söker högre utbildning är betygen viktiga. Har du höga betyg kan du välja och vraka. Bestäm vilken utbildning du vill, och den välkomnar dig

till hösten. Är det ett drömläge? Visst har du ett bättre utgångsläge med höga betyg än med låga. "Bättre rik och frisk än fattig och sjuk.

Naturmatik 2b	MATMAT03b	E	100
Moderna språk, Spanska 3	MODSPA03	E	100
Naturkurskap 1b	NAKNAK01b	D	100
Privatjuridik	JURPR10	E	100
Psykologi 1	PSKPSY01	E	50
Religiönskurskap 1	RELREL01	E	50
Samballdiskurskap 1b	SAMSAM01b	D	100
Samballdiskurskap 2	SAMSAM02	E	100
Svenska 1	SVESVE01	D	100

I ungdomsidrottens värld finns alltid supertalanger. Killar och tjejer som utmärker sig redan som barn. En del går riktigt långt. Andra slutar med sin idrott trots att de borde kunna bli världsbäst. Vad hände?

Talang är viktigt, men utan hjärta, disciplin och motivation går det inte.

Samma sak i skolans värld: Talang är viktigt och kan i yngre år ge höga betyg utan alltför stor ansträngning. Men utan hjärta, disciplin och motivation går det inte i längden. Någon kommer in på sin drömutbildning, men går efter några år ut med ett medelmåttigt resultat. En annan kommer in på ett lågt prioriterat val men lyckas jättebra. Just nu kanske du tycker att själva valet är prio ett. Bara du inte glömmet bort fortsättningen – att fullfölja med gott resultat. Det är här hjärta, disciplin och motivation kommer in.

Hjärta

Du måste älska det du håller på med.

Disciplin

Det kommer alltid tunga dagar när du inte kan leva enbart på din talang. När du måste kämpa trots att det tar emot.

Motivation

En inre drivkraft och inspiration att gå vidare. Ibland talar vi om inre och yttre drivkrafter. De yttre kan vara föräldrarnas påtryckningar eller kanske reklamen som pressar på åt ett visst håll. Den kraften kan du inte leva på i längden. Det är den inre drivkraften som måste finnas. Mycket handlar om att vilja innerst inne.

Så vad är då huvudinnehållet i allt detta:

1. Det är viktigt att välja rätt.
2. Det är viktigt att fullfölja det val du gjort.

I mitt jobb tar jag emot många ungdomar som nyligen avslutat gymnasiet. Varför kommer de till komvux? Därför att det inte blev som de hade tänkt sig på gymnasiet.

En del säger att de har gått "fel" program. Det blev alltså tokigt redan på punkt 1 ovan. Påfallande många tycker dock att de gått "rätt" program. Men de orkade inte hela vägen. De föll på punkt

2. De saknade hjärta, disciplin och motivation. De hade talang för betydligt mer, men de "orkade inte". Många ångrar sig djupt. De skulle ha kunnat. Men de slösade bort tiden.

Det är viktigt att komma in rätt. Men det är lika viktigt att komma ut rätt. Så tänk efter noga inom vilket program du kan motivera dig att satsa helhjärtat även i svåra passager. När du sedan är inne på banan gäller det att kämpa trots att det tar emot ibland. Nästan allt blir intressant för den som satsar 100 procent. Ingen är road av att endast skumma på ytan. Men att tränga djupt in i ett ämne gör att du bara vill ha mer. Det ger resultat i längden.

Det skulle i så fall innebära att valet inte är så dramatiskt som vi ibland gör gällande. En man som gick i pension på mitt jobb sa: *"Jag har haft världens bästa jobb och har aldrig ångrat mitt val"*. Han har alltid haft en positiv livssyn. Därför skulle det inte förvåna mig om han hade sagt likadant vadhelst livet än hade tagit honom.

Ta nytt sikte om det blev fel

Livet kan bara förstås baklänges men måste levas framlänges.

Citatet av Sören Kirkegaard är väldigt

aktuellt för dig som just har valt utbildning.

Senare i livet – vid en titt i backspeglen kan du börja tycka en massa saker om ditt val. Det blev kanske inte som du hade tänkt dig.

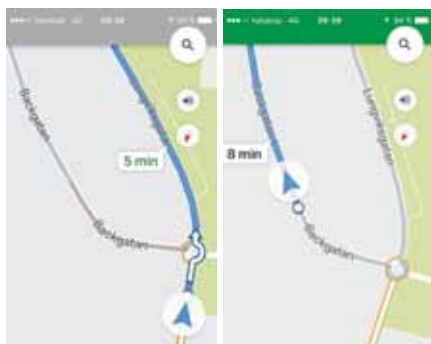


När du tittar på foton av dig själv som tagits vid olika tidpunkter under livet är det visserligen samma person du ser, men ändå olika. Intressen har förändrats, åsikter har omprövats, erfarenheter har tillkommit. Därför ska du aldrig anklaga dig själv för det val du gjorde. Du gjorde det utifrån de kunskaper du hade just då.

I varje val ligger en inbyggd risk. Ingen kan försäkra sig mot det oväntade. Du försöker överblicka konsekvenserna, men det är omöjligt att ha full koll på alla parametrar. Efteråt kan du förstå varför det blev som det blev, men det kanske inte gick att förutse. Som sagt, livet kan bara förstås baklänges men måste levas framlänges.

Många kan berätta om att fel val ändå till slut blev rätt val. Ingen tyckte att de gjorde ett felaktigt val i det ögonblick de valde, det faller ju på sin egen orimlighet. I så fall skulle de valt annorlunda. Men när de såg i backspeglarna ett tag senare tyckte de sig ha gjort fel. Ändå blev det genom olika omständigheter rätt. Rent logiskt går det egentligen inte att hävda att "fel val blev rätt" – då var det ju inte fel val.

Jag tycker detta illustreras så bra av min GPS. Jag lägger in en rutt och sedan talar programmet om för mig hur jag ta mig fram till målet. Men om jag avviker från rutten anklagar den mig inte för att köra fel. Den gör helt enkelt om rutten och utgår från den "felaktiga" positionen med ett hurtigt "changing route".



Bästa väg är rakt fram i rondellen. Jag råkade svänga vänster. GPS:en räknade snabbt ut en ny rutt.

Framåt

Det går aldrig att gå tillbaka. Livet måste levas framlänges. Därför måste du ständigt ompröva din situation utifrån nuvarande förutsättningar. Inte utifrån hur det var när du valde. Utan hur det är just nu. Just här och nu måste du finna dig själv. Förstå livet baklänges

– men leva det framlänges. Du gjorde ett val in i den ovissa framtiden utifrån vad du visste just då. Det blev inte exakt som du tänkte dig. Du hamnade på ett sidospår.

Där kanske du anpassar dig till den nya situationen. Eller så gör du om rutten, inte genom att köra tillbaka till ruta 1, utan genom att utgå från den nuvarande positionen och därifrån ta nytt sikte.

Så var det klart



I skolan läser du historia för att få veta om dåtiden och samhällskunskap för nutiden. Hur är det med framtiden?

Vad heter det ämnet? I värsta fall har du bara blivit ännu mer förvirrad av boken. Men det är faktiskt en bra början. Åtminstone om du har flyttat upp förvirringen på en högre nivå.

Det är en konst att välja! Något som du måste lära dig. Hoppas du har gjort det. I framtiden kommer du att ställas inför nya val varenda dag. Du kan använda samma taktik när du köper bil eller hus. Eller för att söka jobb när din dröm-utbildning är avklarad. Ett gammalt kinesiskt ordspråk lyder (ordet hen finns inte på kinesiska):

Om du ger din vän en fisk så blir han mätt för en dag, men om du lär honom att fiska så blir han mätt hela livet.

Hoppas boken har gett dig några matnyttiga fiskar. Men framförallt hoppas jag att du har lärt dig att fiska.



UTBILDNINGAR VID HÖGSKOLAN I GÄVLE 2018–2019

FÖRUTBILDNING

- Bastermin 21 veckor
- Tekniskt basår 40 veckor

DESIGN

- Industridesign 180 hp

EKONOMI

- Ekonomiprogrammet 180 hp
- Fastighetsmäklarprogrammet 180 hp
- Kandidatprogram i rättsvetenskap 180 hp

HÄLSA OCH ARBETSLIV

- Folkhälsosstrategi för hållbar utveckling 180 hp
- Idrottsvetenskapliga programmet inriktning hälsofrämjande livsstil 180 hp
- Personal- och arbetslivsprogrammet 180 hp

HÖGSKOLEINGENJÖR

- Automationsingenjör (Co-op) 180 hp
- Byggnadsingenjör 180 hp
- Dataingenjör 180 hp
- Ekonomiingenjör 180 hp
- Elektroingenjör 180 hp
- Energisystemingenjör (Co-op) 180 hp
- Maskiningenjör (Co-op) 180 hp
- Miljöingenjör, inriktning VA-teknik (Co-op) 180 hp

KULTUR OCH MEDIA

- Kommunikationsprogrammet
 - inriktning kommunikatör 180 hp
 - inriktning professionellt skrivande 180 hp
- Människa-kultur-religionsprogrammet 180 hp

LÄRARE

- Lärarprogrammen
 - Förskollärarprogrammet 210 hp
 - Grundlärarprogrammet 180–240 hp
 - Ämneslärarprogrammet 300 hp
 - Kompletterande pedagogisk utbildning 90 hp

* Programmet är nytt och ges under förutsättning att erforderliga beslut tas.

TEKNIK OCH SAMHÄLLSBYGGNAD

- Industriell ekonomi
 - Industrial Management and Logistics 180 hp
- IT-systemutveckling
 - mot geografiska informationssystem 180 hp
- Lantmätarprogrammet
 - ekonomisk/juridisk inriktning 180 hp
 - teknisk inriktning 180 hp
 - inriktning högskoleingenjör 180 hp*
- Miljöstrategi 180 hp
- Samhällsplanerarprogrammet 180 hp

VÅRD OCH SOCIALT ARBETE

- Bachelor of Science in Social Work
 - Specialisation International Social Work 180 cr
- Kandidatprogram i utredningskriminologi 180 hp
- Sjuksköterskeprogrammet 180 hp
- Socionomprogrammet 210 hp

AVANCERAD NIVÅ

- Företagsekonomiska magisterprogrammet, inriktning redovisning 60 hp
- Magisterprogram i Besluts-, risk- och policyanalys, distans 60 hp
- Masterprogram i arbetshälsovetenskap 120 hp
- Masterprogram i Miljöpsykologi 120 hp
- Masterprogram i religionsvetenskap 120 hp
- Masterprogram i socialt arbete 120 hp
- Master Programme in Business Administration (MBA): Business Management 60 cr
- Master Programme in Energy Engineering, Energy Online 60 cr
- Master Programme in Energy Systems 60 cr
- Master Programme in Energy Systems 120 cr
- Master Programme in Geomatics 60 cr
- Master Programme in Electronics/Automation 120 cr
- Master Programme in Electronics/Telecommunications 120 cr
- Master Programme in Management of Logistics and Innovation 60 cr
- Specialistsjuksköterskeprogrammet
 - inriktning anestesijukvård 60 hp
 - inriktning distriktssköterska 75 hp
 - inriktning intensivvård 60 hp
 - inriktning vård av äldre 60 hp



Vad framtiden behöver