

## Start 1

### Vet du att du valt rätt utbildning?

Ingmar Andersson

-----

Tolv tusen valmöjligheter efter gymnasiet. Alla lockar med färgglada broschyrer och snygga webbsidor. Läs till sjuksköterska så får du jobb! Byggbranschen behöver dig! Kom till oss så blir du lycklig!

Tänk vad skönt om vägen vore spikrakt utstakad! Men för många är den både krokig och backig. Och ända in i det sista kanske du tvekar på ditt val. Knepet är att få ordning och struktur på dina tankar.

### Kunskap om alternativen

En självklarhet som många förbiser är att man faktiskt bara kan välja sådant man vet existerar. Du måste först få veta att något finns innan du kan köpa det. En utbildning kan passa dig hur bra som helst, men innan du hört talas om den finns den inte i din värld. Den allra största hemligheten ligger faktiskt i att du vet vad du har att välja på.

### Kunskap om dig själv

Dina egenskaper, erfarenheter och tankar behöver synliggöras och inte minst benämnas - du sätter ord på vem du egentligen är. Golfsvingen tar sin början bakåt för att bollen ska nå långt framåt. Se alltså tillbaka på det som format dig under hela din uppväxt.

### Fatta beslut

För att komma fram till ett beslut jämför du bilden av dig själv med utbudet av utbildningar och yrken. Du matchar helt enkelt dig själv mot omgivningen.

### En modell

Detta är en modell, en bild som i sin ofullständighet försöker förklara verkligheten. Tänk på atomerna av plast som du byggde molekyler av i kemin. De ser naturligtvis inte ut så i verkligheten. Det är en modell, en förenklad bild som ska få oss att förstå principen. Verkligheten är mer komplicerad men måste på något sätt förenklas för att bli hanterbar.

Ett gammalt kinesiskt ordspråk lyder: "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." Modellen kan du använda inte bara idag utan också i de val du möter under resten av livet.

Många gånger fattar andra beslut i vårt ställe och därför vaggas vi lätt in i en form av inlärdd hjälplöshet. När det verkligen gäller kan det därför bli svårt att själv ta ett avgörande beslut. På en charterresa "köper" du många beslut. Luffar du däremot runt i världen på egen hand får du själv ordna allt det praktiska. Det är dags att lämna charterresans trygga värld ...!

### Utforska valmöjligheterna

Det första du måste göra är alltså att utforska dina alternativ. Börja med att skaffa dig en översiktlig bild av utbildningsväsendet. Vilka typer av utbildningar finns det? Universitet, högskolor, yrkeshögskolor, folkhögskolor, yrkesvux, utbildningar genom myndigheter och privata alternativ.

Ordet **läs** är en nyckel. Läs, läs, läs! Broschyrer, kataloger, webbsidor. Och glöm inte heller ordet **sök**. Sök i databaser. Andra metoder är **samtala** - respektive **gå** - på studiebesök och "öppet hus".

### Håll dörrarna öppna

När du lär känna utbildningarna på det här sättet börjar du nog snart märka vad som attraherar dig och vad som inte alls är tänkbart. Försök dock att i detta första skede inte begränsa dig alltför mycket utan vara öppen för alla tänkbara alternativ. Det är frestande att låsa sig alltför tidigt. Håll dörrarna öppna och pröva sådant som inte känns alltför avlägset. Kalla det gärna brainstorming.

### Vilken typ av person är du?

Samtidigt som du utforskar dina valmöjligheter funderar du säkert runt din egen personlighet, dina intressen, ambitioner och drömmar. Här följer några punkter som du kan fundera över.

### Dina starka sidor

Ett ganska självklart råd är att bygga framtiden på dina starka sidor. Men vilka är de? Känner du dig själv så väl att du kan peka ut vad du är bra på? Ta hjälp av dina nära vänner och kanske dina föräldrar.

Gör ett nättest tillsammans. Du har kanske redan gjort AF:s intressetest på arbetsformidlingen.se (om inte så gör det först själv). Därefter tar du hjälp av din vän. Personen svarar helt enkelt på frågorna utifrån vilka egenskaper han eller hon funnit hos dig. En annan individ som känner dig väl talar alltså om vad du är bra på. Detta kan öppna dina ögon för helt nya framtidstankar, och det blir garanterat en jättebra start på en framtidsdiskussion.

### Dina intressen

Många pratar om att välja efter intresse: "Läs det du är intresserad av!" Visst, det är ett gott råd, men problemet är att intressen förändras över tid. Kanske gillade du tyskan eftersom läraren var bra, men när läraren blev utbytt så försvann också delar av intresset. Något annat ämne kanske du var fullständigt ointresserad av innan du faktiskt började läsa det.

Självklart ska du fundera kring dina intressen, men fråga dig om de är tillräckligt djupa för att ligga till grund för framtiden. Ordet "intresse" får en djupare dimension om du istället säger "min inre drivkraft" eller "det jag brinner för".

### Vem styr dig?

Fortfarande lever klasskillnaderna kvar i samhället och styr våra val utan att vi är medvetna om det. Naturligtvis är vårt studieval inte förutbestämt av vår sociala bakgrund, men många undersökningar visar att föräldrarnas utbildning och yrke i stor utsträckning styr barnens val.

Du kanske säger "mina föräldrar har inte påverkat mitt val, jag har valt på egen hand". Är detta sant? Efter 20 år med föräldrarna är det omöjligt att inte ha påverkats, även om du själv tar det avgörande beslutet. Valet har därför i viss mening varit en process som pågått under hela uppväxten. "Framtiden har du bakom dig" är ett uttryck som passar även dig som är ung. Alla dina erfarenheter från livet kommer att påverka vilka val och ställningstaganden du gör för framtiden. Om du exempelvis kommer från ett hem där både mamma, pappa och nästan hela slakten har studerat vid olika universitet är det inte så konstigt att det verkar vara det du skall göra - att du på något sätt fullföljer familjetraditionerna.

0

6

30

69

139

187

216

279

329

396

436

468

538

571

616

692

755

795

840

965

## Start 2

-----

Det är viktigt att du blir klar över att din uppväxt påverkar dig. En sådan insikt gör det lättare att se valet med nya ögon. Poängen är att du ska bli medveten om den påverkan som funnits och sedan ta ställning - kanske är det helt rätt att gå i föräldrarnas fotspår. Men då gör du det medvetet.

Våra könsroller och inställningen till manligt och kvinnligt har också formats under uppväxten. Vilka utbildningar passar för en kille och vilka passa för en tjej? Könsbundna val är i allmänhet mer uppmärksammade än skillnaderna till följd av social bakgrund, men i grunden utgör de samma typ av problem - uppväxten har begränsat de tänkbara alternativen.

### Kortsiktigt eller långsiktigt?

I valet är det lätt att näralliggande och på lång sikt ovidkommande faktorer spelar en dominerande roll. Då det är svårt att greppa de stora dragen blir det lätt detaljerna som avgör.

Ett vanligt exempel på kortsiktigt tänkande är när valet styrs av rädslan att flytta eller inte hitta en bostad. Du väljer utifrån bostadsgaranti även om utbildningen inte är din dröm. Häng inte heller upp dig på om någon enstaka kurs i programmet verkar trist. Det är helheten som ska upplevas positiv. Se alltså till att valet inte alltför mycket styrs av "struntsaker" sett i ett större perspektiv.

Vill du tänka riktigt långsiktigt kan du fundera över ditt drömyrke - det du vill göra om du får välja helt fritt. Ta tid på dig innan du ger ditt svar! Är inte yrket totalt orealistiskt (typ att du vill bli kung av Sverige) så borde du faktiskt kunna nå det om du verkligen vill. Vad skulle kunna hindra en normalbegåvad 20-åring att förverkliga sina drömmar? Självklart finns det hinder, och saker som talang och fallenhet tar man inte bara ur luften. Men faktum är att många yrken kan "vem som helst" bli, bara drivkraften, kämpaglöden och viljan finns. Många gånger är det snarare tilltron till sig själv som fattas och inte förmågan. Och ibland är man innerst inne inte beredd att satsa allt det som faktiskt krävs.

### Begränsa dig

I fortsättningen handlar det om att begränsa dina valalternativ. Det sker genom att utesluta, rangordna, prioritera, värdera och ställa alternativ mot varandra för att komma till beslut.

Nu är det dags att på allvar anlita en person som är beredd att lyssna. Du har själv gjort "grojobb" - samlat information och fakta. Hos en studievägledare kan du få hjälp att sortera informationen och se klarare på dina alternativ.

### Uteslutningsmetoden

Sortera bort utbildningar du inte vill gå. Ta dem en och en tills du står där med endast ett fåtal kvar. Tänk på att ett valalternativ som du tidigt har förkastat inte är lätt att tänka på igen. Det är ofta bortplockat för alltid men kan komma fram genom omvälvande upplevelser som till exempel byte av bostadsort, nya vänner eller genom ett omskandande samtal. Den här artikeln kanske också kan bli en sådan yttre stimulans?

### Lyssna åt alla håll

Ett problem är vårt selektiva lyssnande; vår förmåga att höra det vi vill höra och se det vi vill se. Vi tar

11 lättare till oss argument för sådant som stöder vår etablerade åsikt. Detta förstärker därmed vår tidigare ståndpunkt, som möjligen från början inte var så väl genomtänkt. När någon därför är väldigt säker på sitt val redan i unga år kan det bero på ett visst "tunnelseende". Du bör alltså inte enbart söka stöd från närstående med samma värderingar som du själv har. Prata också med folk som har andra livserfarenheter och uppfattningar.

### Ställ alternativen mot varandra

113 När du slutligen vaskat fram två eller tre utbildningar som är tänkbara kan du göra en "listning". Du skriver helt enkelt ner alla fördelar respektive nackdelar med de olika alternativen. Slutligen ringar du in de tre bästa och de tre sämsta sakerna för varje utbildning. Att på detta sätt skriva ner dina tankar gör att du ser klarare på dina alternativ.

### Går det att välja rätt?

148 När du ska lösa ett problem i matematik presenteras alla fakta som du sedan använder för att komma fram till rätt svar. Oftast finns bara ett rätt svar. I ett livsval kan du själv samla fakta, men lösningen är ofta komplex och full av känslor. Det finns inte bara ett rätt svar, utan du måste leta efter den bästa lösningen snarare än efter den enda rätta lösningen. Inget enskilt alternativ kan nog möta alla behov som du har. Och skulle så vara fallet är det ändå ingen hundra procentig garanti för att du kommer att trivas och "lyckas".

215 Beslutsvånda är naturligt, men det leder alltför ofta till handlingsförlamning. Tänk dock på att "beslutet" att inte agera faktiskt också är ett beslut. Man då bestämmer du dig egentligen för att stå kvar och låta någon annan avgöra.

Kan det vara så att du egentligen skulle passa på en flera olika utbildningar? Hemligheten till trivsel är många gånger att du är engagerad och helhjärtad i det du gör. Det är ju först när du gräver på djupet i ett ämne som det blir riktigt intressant.

342 Det skulle i så fall innebära att valet inte är så dramatiskt som vi ibland gör det. När någon säger: "jag har världens bästa jobb och har aldrig ångrat mitt val" är det självklart positivt, men det skulle inte förvåna mig om den personen hade sagt samma sak i ett helt annat yrke.

### Att välja är att välja bort

371 Den som fattar ett viktigt beslut brukar ifrågasätta det, och ibland till och med ångra sig. Detta är naturligt, eftersom valet av en enda utbildning med nödvändighet innebär att du väljer bort de andra. Att välja är att också göra en uppoffring - att välja ett alternativ är att välja bort alla de andra. Innan valet fanns allt inom räckhåll - nu är det bara en utbildning som gäller, och det kan skapa frustration.

### Låt hjärtat vara med!

488 Det är viktigt att välja med både hjärna och hjärta. Hjärnan är förnuftet, att följa den modell du just läst om, ett logiskt och strukturerat tänkande. Men hjärtat, känslorna, måste också finnas med. Hur gör du när du blir förälskad? Väljer du enligt den modell som du just lärt dig? Knappast! Då är det hjärtat och känslorna som styr valet. Så småningom kanske ändå ett visst mått av förnuft infinner sig... Någonstans längst in i hjärtat måste du alltså "känna" för ditt val, vara entusiastisk, kanske rentav förälskad i det du tänker ägna dig åt. Har du inga sådana känslor för ditt val är du kanske på fel spår.

586

651

753

791

838

891

970

1083