

Amy L. Tannum

# Karriereveiledning – refleksiv kvalitet i praksis

En autoetnografi om life-designing.



---

### **The Road Not Taken**

*Two roads diverged in a yellow wood,  
And **sorry I could not travel both**  
And be one traveler, long I stood  
And looked down one as far as I could  
To where it bent in the undergrowth;*

*Then took the other, as **just as fair**,  
And having perhaps the better claim,  
Because it was grassy and wanted wear;  
Though as for that the passing there  
Had worn them **really about the same**,*

*And both that morning **equally lay**  
In leaves no step had trodden black.  
Oh, I kept the first for another day!  
Yet knowing **how way leads on to way**,  
**I doubted if I should ever come back.***

*I shall be telling this **with a sigh**  
Somewhere ages and ages hence:  
Two roads diverged in a wood, and I—  
I took **the one less traveled by**,  
And **that has made all the difference.***

*- Robert Frost, 1916.*

---

Universitetet i Sørøst-Norge  
Fakultet for humaniora, idretts- og utdanningsvitenskap  
Institutt for kultur, religion og samfunnsfag  
Postboks 235  
3603 Kongsberg

<http://www.usn.no>

© 2018 Amy L. Tannum

Denne avhandlingen representerer 30 studiepoeng

# Innholdsfortegnelse

Innholdsfortegnelse .....	I-II
Sammendrag .....	III
Abstract .....	III
Forord .....	IV
Takk....	IV
<b>1 Innledning .....</b>	<b>1</b>
1.1 Hva er din uro? .....	1
1.2 Life Design Counseling (LDC) .....	1
1.3 Bakgrunn for valg av tema .....	2
1.4 Forskningsspørsmål .....	3
1.5 Avklaring av begreper .....	3
1.6 Kunnskapsstatus i Norge .....	4
<b>2 Teori .....</b>	<b>7</b>
2.1 En forankring .....	7
2.2 Social Construction (SC) .....	7
2.3 SC i karriereveiledningsfelt .....	12
2.4 SC og Career Construction Theory (CCT) .....	12
2.5 Fra SC i CCT til life-designing .....	16
<b>3 Metoden: autoetnografi .....</b>	<b>20</b>
3.1 AE, hvor kommer du fra? .....	20
3.2 AE, hva er du? .....	21
3.3 AE, hvordan bruker jeg deg? .....	22
3.4 AE, hvordan vurderes du? .....	23
3.5 AE - et kritisk blikk .....	25
3.6 AE, hvorfor velger jeg deg? .....	26
<b>4 Empiri: autoetno- .....</b>	<b>28</b>
4.1 Hvem er jeg? .....	28
4.1.1 Startstreken .....	28
4.1.2 Dannelsen .....	29
4.1.3 Introduksjonen til Norge .....	30
4.1.4 Veilederkarrieren .....	31
4.2 Hva er min kontekst for LDC? .....	32
4.3 Hvordan jobber jeg med LDC? .....	33
4.3.1 Valg av life-designing .....	34
4.3.2 Erfaringer med Career Construction Interview (CCI) .....	35
4.3.2.1 Tryggheten på metoden og bekreftelse .....	35
4.3.2.2 Tidsbruken .....	35
4.3.2.3 Å åpne opp og utvide .....	36
4.3.2.4 Hvem er fokusperson .....	36
4.3.2.5 Nye temaer ved avslutning .....	36
4.3.3 Å samle tråder i livsportrettet .....	36
4.3.4 Livsportrettet (LP)-utkast rekonstrueres .....	37
4.3.5 Ny episode samkonstrueres .....	37
4.3.6 Bricoleur'n bruker det hun har .....	37
4.3.7 Nå-situasjonen og veien videre .....	37



<b>5</b>	<b>Analyse: -grafi .....</b>	<b>38</b>
<b>5.1</b>	<b>En hermeneutisk forskningssyntese .....</b>	<b>39</b>
<b>5.2</b>	<b>Hullet i hjertet, såret og livmoren.....</b>	<b>39</b>
<b>5.3</b>	<b>Samholdets livstemaer .....</b>	<b>40</b>
5.3.1	Fra kjent til ukjent, fra fast til foranderlig .....	40
5.3.2	Fra begrensning til muligheter .....	40
5.3.3	Fra konflikt til løsning .....	42
5.3.4	Fra misforståelse til forståelse .....	42
5.3.5	Fra usikkerhet til sikkerhet .....	43
<b>5.4</b>	<b>Fra refleksjon til refleksivitet .....</b>	<b>43</b>
5.4.1	Hva er mine primære mål for karriereveiledning? Hva vil jeg skal skje for veisøkerne? .....	43
5.4.2	Hvor kommer mine verdier & forestillinger fra? Hvordan er de påvirket av min utviklingsprosess over tid & av min familie og kulturell bakgrunn?.....	43
5.4.3	Hvordan kan mitt verdenssyn begrense noen veisøkere?.....	44
5.4.4	Hvordan skal min refleksivitet merkes i min praksis videre?.....	44
5.4.4.1	Et lydhørt 'relasjonsvesen'.....	45
5.4.4.2	Tilhører for veisøker .....	45
5.4.4.3	Kjenne livstemaenes hindringer .....	45
5.4.4.4	To-do liste. En refleksiv plan for videre praksis .....	45
<b>6</b>	<b>Diskusjon .....</b>	<b>46</b>
<b>6.1</b>	<b>Hvordan kan en AE om life-designing bidra til å inspirere karriereveilednings- praksis, bedre kritisk refleksivitet og bidra til rolleforståelse? .....</b>	<b>46</b>
6.1.1	Den profesjonelle veilederen .....	47
6.1.1.1	..... Personlig innsikt .....	47
6.1.1.2	..... Teoriinnsikt .....	48
6.1.1.2.1	...SC og CCT som bidrag til karriereveiledersrolleforståelse.....	48
6.1.1.2.2	...Rolleforståelsen fra en annen referanseramme.....	49
6.1.1.3	.....Metodeinnsikt .....	49
<b>6.2</b>	<b>Life Design (LD) - et karriereteoretisk paradigme? .....</b>	<b>50</b>
<b>6.3</b>	<b>Kritikk av Life Design .....</b>	<b>51</b>
<b>7</b>	<b>Konklusjon .....</b>	<b>53</b>
	<b>Referanser .....</b>	<b>a-d</b>
	<b>Vedlegg.....</b>	<b>42 sider</b>
	Vedlegg 1 s. 1-4; Vedlegg 2 s. 1-4; Vedlegg 3; Vedlegg 4 s. 1-4; Vedlegg 5 s. 1-4	
	Vedlegg 6 s. 1-4; Vedlegg 7 s. 1-16; Vedlegg 8 s.1-6	

## Sammendrag

«Hva er kvalitet i karriereveiledning?» Dette er det dagsaktuelle hovedspørsmålet i utviklingen av et nasjonalt kvalitetsrammeverk i Norge. Masteravhandlingen ser nærmere på dette spørsmål i forhold til *prosesskvalitet* der *refleksiv kvalitet* tematiseres. Følgende undersøkelse gjøres med en kvalitativ forskningsmetode og en karriereveiledningsmetode som er lite kjent i norsk kontekst, og dermed kan betegnes som pionerarbeid. Avhandlingen er en selvbiografisk-etnografisk utforskning kjent som *autoetnografi* (AE). Jeg beskriver og analyserer systematisk (-*grafi*) personlig erfaring (*auto-*) for å forstå kulturell erfaring (-*etno-*) (Ellis 2004 og Holman Jones 2005 i C. Ellis & Bochner, 2000). På litterært vis deles egne erfaringer i to etnografiske grupperinger. I de først tre kapitler formidles historier som *student-karriereveileder* i en læreprosess om AE, sosial konstruksjonismen (SC), Career Construction Theory (CCT), Life Design counseling (LDC) og etikken knyttet til kritisk refleksivitet. Deretter beskrives min etnografiske kontekst som *karrieresenter-karriereveileder* og jeg deler min karrierehistorie. Til slutt beskrives det ut i fra lydopptak hvordan jeg jobber med Career Construction intervjuer (CCI). Jeg gjør en forskningssyntese og finner fellestrekk i min tekst som fører til at sju livstemaer kommer til syne. Disse reflekterer jeg over i forhold til karriereveilederrollen og praksis. Det resulterer i en refleksiv plan for forbedringer i min karriereveiledningspraksis. Utover disse personlige resultater vises det at avhandlingens egentlige resultater er leserens egne refleksjoner og mulig refleksive handlinger som utfall av deres leseerfaring. Avslutningsvis diskuteres autoetnografiens begrensninger og muligheter, hvordan den kan inspirere praksis, paradigme-begrepet og kritikken Life Design har fått. Autoetnografien er primært skrevet til deg som driver med karriereveiledning. Andre som er interessert i å lære om og utvikle feltet eller som ønsker å få flere idéer om hva kvalitet i karriereveiledning kan handle om, vil også få glede av å lese videre.

## Abstract

“What is quality in career guidance and counseling?” This is the current main question in the development of a national quality framework in Norway. This master thesis looks closer at this question in relation to the quality of career counseling processes – particularly the reflexive quality in counseling practice. The following work uses a qualitative research method and a career counseling method that are little-known in the Norwegian context and can therefore be described as pioneering. The thesis is an autobiographical-ethnographical exploration known as Autoethnography. I describe and systematically analyze (-*graphy*) personal experiences (*auto-*) to understand cultural experiences (-*ethno-*) (Ellis 2004 og Holman Jones 2005 i C. Ellis & Bochner, 2000). In a literary style, I share my experiences in two ethnographic groups. In the first three chapters, I share short stories as a *student-career counselor* while learning about AE, social constructionism (SC), Career Construction Theory (CCT), Life Design counseling (LDC) and the ethic of critical reflexivity. I then describe my current ethnographical context as a *career center-career counselor* and share my career story. I then describe from sound-recordings how I work with Career Construction Interviews (CCI). I do a research synthesis and find commonalities in my text that lead to the appearance of seven life themes. I reflect upon these in relation to my role and practice as a career counselor. This results in a reflexive plan for improving my career counseling practice. In addition to personal results, I refer to that the actual results of the thesis are the readers own reflections and possible actions due to their reading experience. In conclusion, the limitations and possibilities of AE are discussed, as well as how it can inspire practice, the use of the term ‘paradigm’ and critique of Life Design. The AE is primarily written for career counseling practitioners. Others interested in developing the field or who wish to gain more ideas about what quality in career counseling can entail, may also find further reading useful.

## Forord

Velkommen inn! Jeg tar dette vågale steget og forsøker meg på autoetnografi (AE) sammen med deg. AE er et radikalt brudd med den tradisjonelle avstanden som vanligvis finnes mellom forsker, forskningssubjekt og leser. AE inviterer deg inn i teksten som leser-deltaker. Jeg skriver med et livsnært språk slik at du kan leve deg inn i min prosess med å forene min livsverden med forskningen, og gjør mine erfaringer og fortellinger til forskningsfelt. En AE skal være personlig og oppleves autentisk. Jeg belyser mine forskningsspørsmål ved å blande og kombinere en samling av mine historier, samtaler og bilder fra både personlige- og profesjonelle sammenhenger med metaforer, beskrivelser og sitater. Fagpersoner, veisøkere, familie og venner har samtykket til at jeg inkluderer deres stemmer i oppgaven. Sjanger veksler mellom første-, andre- og tredjepersonstemme, avhengig av tekstens tematikk. Farger brukes for å belyse overgangene og endringer underveis. Fortellende tekster markeres med grønn, samtaletekster med lilla og beskrivende tekster med en lyseoransje bakgrunnsfarge. Avhandlingen blir en mosaikk eller bricolasje med mønster, gjentakende farger og gjennomgående elementer i de forskjellige kapitler. Jeg utfordrer IMRAD skrivestrukturen og inkluderer livsfortellinger som empiri i kapitler utover empirikapittelet. Disse tas frem i analysekapittelet. AE tillater meg å skrive på økologisk vis med en skrivestil som er i samsvar og harmoni med oppgavens og veiledningsmodellens teoretiske, metodiske og empiriske tilgang. AEs kvalitet er knyttet til det som skjer med deg mens du leser. Teksten skal være et redskap til *å lære ved å [lese] og å reflektere* (Dewey, 1916) og videreutvikle ditt arbeid. Tenker du på hendelser i ditt liv eller i din praksis? Får du nye idéer som kan gagne deg, din praksis eller ditt miljø? Dette kan skje hvis jeg samtidig lærer ved å fortelle og reflektere åpent, ærlig og autentisk med deg. Da oppfyller oppgaven sin rolle med å bidra til ny kunnskap.

## Takk

Jeg vil gjerne takke min familie; Marius, Rebecca og Kevin. Uten deres kjærlighet, støtte og oppmuntring, vil jeg aldri klart å komme gjennom fire år med deltidsstudier, full jobb, jobbskifte og familieliv! Takk at dere støtter kone og mamma i en krevende tid! Jeg vil også gjerne takke mine arbeidsgivere. Jobbintro AS inspirerte og støttet meg ved oppstart av masterprogrammet i 2014, NAV Horten ga fortsatt støtte og plass til utfoldelse av faget fra 2016 og Kongsberg karrieresenter har gitt arena for profesjonelt karriereveiledningsarbeid og utforskning med Life Design siden 2017. Dere har gitt meg muligheten til å studere ved siden av jobb og kloke, gode kollegaer til å utvikle praksis sammen med. Spesielt vil jeg takke leder for Karriere Buskerud, Kirsten Bøckmann. Du ansatte meg i skrivefasen og har vist meg interesse, gitt oppmuntring, og ikke minst inspirasjon til videre forskningsarbeid!

Professor Peter Plant og dosent emeritus Lars Gunnar Lingås, takk for veiledning og støtte med min uortodokse skrivemåte for masteroppgaven. Stipendiat Kirsten Marie Norendal og fagkoordinator Mari Birkelund Bjørn, takk for støtte i søken etter å vite mer om Life Design. Maren Skarra, Sabine Berg, Jeanine van Halteren, takk for den flotte tiden som kollokviegruppe! Dere har alle inspirert denne avhandlingen med gode stunder, faglige diskusjoner og innsikt, og uvurderlig støtte. Takk for at dere lar deres stemmer komme frem i oppgaven.

Til slutt vil jeg takke fakultetet ved Career Construction Institute, spesielt daglig leder Suzanne Savickas og vitenskapsleder Mark Savickas. Takk for gode samtaler, vennskap og støtte i læring om Life Design Counseling.

Horten, mai 2018

Amy L. Tannum



# 1 Innledning

## 1.1 Hva er din uro?

Og hva er du nysgjerrig på? Vi ble stilt disse spørsmålene i 2014 som nye masterstudenter. Svaret skulle være pekepinnen for retningen til vår masteroppgave i 2018. Da kunne vi velge mellom alle mulige temaer, innfallsvinkler og eventuelle bestillere av vårt forskningsarbeid. Det har vært gøy for meg å holde valgdørene åpne og slippe til oppdagelser og læring underveis.

Etter to år i deltidsstudiet ble det klart for meg hvilken retning jeg holdte på å gå og hvordan mine verdier påvirker mitt valg. Å bidra til fellesskapet er viktig for meg, og min oppgave skulle gjøre nettopp dette; være et bidra til karriereveiledere i vårt daglige arbeid. Jeg ble også klar over at jeg kan ha et spesielt bidrag med å skrive om et tema som er hovedsakelig omtalt i engelsk litteratur.

Uroen min handler om hvordan bidra til å heve kvaliteten i karriereveiledningspraksis. Etter fullført mastergrad, blir jeg betegnet som en profesjonell karriereveileder! Hva vil dette si? Hvordan er min praksis annerledes nå? Hvordan kan jeg bidra på en annen måte enn før?

## 1.2 Life Design Counseling

Siden januar 2016 har denne uroen ført til en læringsreise med Life Design Counseling (LDC), som er omdreiningspunktet for denne oppgaven. Jeg har ikke vært alene på denne reisen, tvert imot har veisøkere, medstudenter, faglige ledere, arbeidsgivere, kollegaer, venner og familie vært med. Turen har vært innholdsrik med erfaringer i både Vestfold, Buskerud, Hedmark, Oppland samt Ohio og Colorado i USA.

I slutten av november 2017 havnet reisen i Drammen, i samtale med stipendiat Kirsten Marie Norendal. Der fikk jeg et litteratur-

forslag som inspirerte meg til å endre mitt syn på hvordan jeg vil forske på LDC. Opprinnelig hadde jeg tenkt å gjøre en kvalitativ studie med Grounded Theory om nytten av LDC på et karrieresenter. Jeg skulle kodifisere, kategorisere og se hva som kom til synet i life-designing, og deretter beskrive noe om hvordan det fungerer i praksis. Endringen i mitt syn handlet om oppgavens forskningsobjekt. Istedenfor at veisøkerne med sine erfaringer i life-designing skulle være forskningsobjekt, ble jeg klar over at oppmerksomheten kan og bør rettes mot mitt eget bidrag som veileder. Jeg har derfor valgt å dreie fokuset på meg selv i veiledningsrelasjonen som forskningsobjekt. Hvordan påvirker jeg samhandlingen i life-designing? Hva skjer når vi stopper opp, reflekterer over hvem vi er og hvordan vi bruker oss selv i karriereveiledningsrelasjoner? Hva er det vi egentlig bringer til torgs? Kan vi bidra til en bedre *refleksiv kvalitet* i veiledning? Hvordan kan egen refleksivitet være et viktig bidrag til veisøkerens prosess? Hvordan er veiledningsrelasjonen en interaktiv-refleksiv fellesreise? Hva vil det si for veisøkeren at vi aktivt jobber med å finne frem til den beste mulige måten å bruke oss selv på mens veisøkeren skiver sitt neste karrierekapittel?

Frank Parsons (1909) ga oss et grunnleggende tankesett om hvordan mennesker tar gode karrierevalg: å kjenne seg selv, kjenne mulighetene og ta en ekte vurdering på forholdet mellom disse. Kan Parsons også ha tenkt at karriereveiledere bør granske også seg selv for å lære mer om eget bidrag inn i veiledningsprosesser? Har vi etisk ansvar til å gjøre dette?

---

*He studied himself to find out and develop his best abilities, and persevered in preparing for and entering upon a field of usefulness in which his highest aptitudes, abilities, and enthusiasms could find full scope and expression and be united with his daily work, and that was one of the fundamental reasons for his great success.*

- Frank Parsons (1909, s.15) om Abraham Lincoln

---

På denne forskningsreisen skal jeg undersøke og avsløre, på refleksivt og kritisk vis, mine egne forutsetninger og erfaringer som karriereveiledningspraktiker og -forsker slik at jeg bedre kan forstå og bruke meg selv i praksis. Peter McIlveen (2015) kaller denne selvanalysen for *the ethic of critical reflexivity* eller *etikken knyttet til kritisk refleksivitet* og beskriver det som en metakompetanse for Life Design-karriereveiledere og sentral for trening i LDC. Selvanalysen tar også opp hvordan vårt syn på 'selvet' påvirker veiledningsrelasjonen. I oppgaven er jeg dialogisk posisjonert (Hermans og Kemper 1993 i P. McIlveen, 2015) som en kritisk-forsker og kritisk-veiledningspraktiker som prøver å forstå min påvirkning på LDC-prosessen.

Opgaven skrives fra forskjellige vinkler, alt etter min posisjon som student, praktiker, privatperson, eller forsker. Jeg inviterer deg inn i mitt leverom, min historie og kontekst. Her håper jeg at du kan reflektere fra lignende posisjoner i ditt liv, leve deg inn i mitt, og blir inspirert til læring om life-designing og egen refleksivitet. Dine nye perspektiver kan føre til at du utvikler din praksis og bidrar til å skape viten om karriereveiledning.

### 1.3 Bakgrunn for valg av tema

Jeg sendte en melding til Stipendiat Kirsten Marie Norendal i høst for å se om hun hadde tid til en prat. Vi ble først kjent våren 2016, og sommeren deretter var vi begge deltakere, sammen med Mari Bjørn, på en karriereveiledningsworkshop, Career Construction Institute (M. L. Savickas, 2017), ved University of Colorado Boulder i USA. Her lærte vi veiledningsmetoden Life Design Counseling for Career Construction, *Career Construction Counseling* (CCC), eller forkortet til life-designing (M. L. Savickas, 2015b). Vi ble kjent



med Sue Savickas, daglig leder for Instituttet. Siden Colorado har jeg

holdt kontakt med Sue, Kirsten Marie og Mari. Vi hører om hverandres liv og karriere og deler idéer, spørsmål og tanker om life-designing. Våren 2017 begynte Kirsten Marie sin ph.d.-prosjekt om Life Design, og sommeren 2017 tok jeg reprise på deltakelse i Instituttet, denne gangen ved Kent State University i Ohio USA. Der traff jeg fakultetet fra året før og ble kjent med mange flere i Life Design-fagmiljøet. På begge workshop fikk vi observere Dr. Mark L. Savickas mens han gjennomførte Career Construction Interview med frivillige kandidater. Dette var spot-on da jeg ville ut av min kontekst og oppleve andre perspektiver og få et bredere blikk på karriereveiledningspraksis.

Å betegne karriereveiledningspraksis som Life Design oppleves som nytt og ullent i Norge. Jeg ville lære enda mer om hva det vil si å veilede med life-designing og om dette kan være et bidrag i norsk kontekst.

*«Det jeg har lyst til, Lars Gunnar, er å komme med en oppgave som folk har lyst til å lese, fordi de kjenner seg igjen i utfordringene, og kan begynne å tenke annerledes på sin egen praksis og på seg selv i møte med veisøker.»*

*«Også har du et stort tilfang av teorier rundt Life Design og narrativ veiledning, ikke sant?»*

*«Ja, og den vitenskapsfilosofiske grunnmuren til alt det der. Og det Life Design refererer til er social construction. Den opprinnelige tanken med oppgaven var at jeg gjerne vil bidra positivt til karriereveiledningsfeltet og skrive en tekst som beriker det vi holder på med. Og, når jeg i veiledning prioriterer å ta i bruk verktøy istedenfor å vektlegge fellesskap med narrativtilgang, hva er jeg da med på å skape sammen med den andre?»*

*«Også må du finne de søylene som oppgaven din er bygd på. Det er empirien din, det er metoden din og det er både karriereveiledningsteorien og vitenskapsfilosofien.»*



## 1.4 Forskningsspørsmål

Min uro, interesse for life-designing og valg av AE som forskningsmetode er med på å forme mitt faglige perspektiv på virkeligheten og mine forskningsspørsmål som nå lyder slik:

### Hvordan kan en AE om life-designing bidra til å inspirere karriereveiledningspraksis?

- Hvordan kan etikken knyttet til kritisk refleksivitet bidra til bedre refleksiv kvalitet i karriereveiledning?
- Hvordan kan bevisstgjøring på sosialkonstruksjonismen sammen med Career Construction Theory bidra til forståelse om karriereveileders rolle?

Taler disse spørsmål til deg? Oppfordrer de til undring, refleksjon eller utprøving? Ja, da er det mulig at vi er på vei til ny viten og læring.

## 1.5 Avklaring av begreper

Nøkkelbegrepene for avhandlingen listes nedenfor. Flere begreper som trenger definisjon blir beskrevet fortløpende i teksten.

**Life Design Counseling (LDC):** LDC er karriereveiledningsmodeller som hører til under det såkalte *Life Design-paradigme* beskrevet av forskningsfellesskapet, Life Design Research Group (M. L. Savickas et al., 2009). Modellen jeg referer til er Career Construction Counseling (CCC). Savickas (2015a) bruker betegnelsen **life-designing** når Career Construction Interview (CCI) brukes i CCC. Savickas (2016) skriver at LDC er narrative veiledningsintervensjoner med mål om å fremme veisøkers tenkning, selvrefleksjon og oppmerksomhet på egne narrativer, som igjen skaper konkret viten og fremmer en relevant selvforståelse for veisøkers karriereovergang. Denne viten og selvforståelse brukes som en 'meningsbru' vi går over for å få nye perspektiver som kan guide våre valg for livet. (Watson & Rennie

1994 i M. L. Savickas, 2016) LDC hjelper oss med å se våre livstemaer. Når vi kjenner disse kan vi lettere finne motivasjon. LDC fremmer nye handlinger og en revidert identitet som er samstemt med livstemaene.

**Å designe** innebærer å ha intensjon og kontroll, å planlegge, skape og handle. LDC fremmer opplevelsen av autonomi, ansvar og agens. **Agens** kan defineres som den enkeltes kapasitet til å handle selvstendig og fritt. Med agens inntar vi en maktposisjon og kan påvirke livet. LDC krever at veisøker tar rollen som den som gjør mesteparten av arbeidet med å analysere og tenke over sider av sin sak.

Denne refleksive prosessen kan også tydeliggjøre mål for eventuelle videre karriereveiledningstiltak: jobbsøker opplæring, finne aktuelt arbeid, utdanningsløp eller fritidsaktiviteter, for å nevne noen. Savickas (2016) understreker at LDC ikke tilfredsstiller alle karrierebehov. Den kan gjerne kombineres med andre intervensjoner. Det er derfor viktig å avklare forventninger før man setter i gang.

**Refleksivitet:** Tenk på siste gang du husket på en huske, hvordan du setter i gang, får fart og bruker deg selv for å komme deg frem og tilbake. Jeg vil sammenligne



refleksjon med å huske bakover. Dette gjør vi for i det hele tatt å kunne huske fremover. Vi husker bakover i refleksjon, og får fart til å huske fremover i refleksivitet.

I veiledning kan man innbilde seg at karriereveilederen står og dytter. «Mer fart!» sier kanskje den som er i husken – altså i sin karriereendring. Refleksivitet forekommer når vi kombinerer vår selvbevissthet fra refleksjoner med vår kapasitet til og opplevelse av *agens*. Som barn husket vi til slutt fremover for så å gjøre det gøyale; å hoppe av. Vi husker frem i refleksivitet for å hoppe ut i en endring. I min avhandling handler



refleksivitet om hvordan vi som karriereveiledere bruker våre refleksjoner til å igangsette endringer i en eller annen form. Refleksivitet er meningsgivende aktivitet som setter personen i stand til å endre seg selv og sin atferd. (Hibbert, Coupland, & MacIntosh, 2010; Walter & Peller, 1992; Rennie 1992 & 2004 i Savickas 2016). Der refleksjon gir kontinuiteten til fortiden, belyser refleksivitet en kobling til fremtiden. I refleksivitet foregår det mye. Vi griper tak i våre historier og reflekterer over disse. Vi bruker disse for å handle på nye måter. Disse nye handlinger kan dermed få betydning for hvem vi holder på å bli. Dette gir klarhet for avgjørelser vi tar og for vårt engasjement i karriereplanlegging. I refleksivitet skjer en personlig narrativ innovasjon for fremtiden. (Savickas 2016, s. 85).

**Kvalitet:** Med kvalitet ser vi etter de verdifulle og positive egenskapene eller kjennetegn ved et fenomen som karriereveiledning (E. H. Haug, 2018, s. 7-8).

**Refleksiv kvalitet:** Med refleksiv kvalitet mener jeg i hvilken grad vi foretar oss endringer og forbedringer i vår veiledningsaktivitet på basis av våre refleksjoner over hvem vi er i veiledning og hva vi bidrar med. I neste ledd kan refleksiv kvalitet handle om hvordan vår refleksivitet kan påvirke veisøkers prosesser med å reflektere og bruke sine refleksjoner refleksivt i karriereendringer.

**Etikken knyttet til kritisk refleksivitet:**

McIlveen (2015) presenterer et annerledes etisk analysenivå for LDC-veiledere «*the ethic of critical reflexivity*». Etikken handler om at vi godtar metoder for selvanalyse som kan og bør påvirke oss til egen refleksjon og videre refleksivitet. Med denne etikken erkjenner LDC-veiledere vår implisitte makt og påvirkning i sosialkonstruktivistiske prosesser med å designe liv. Etikken trer frem fra et frigjørende samhandlingsperspektiv (Blustein 2006 i McIlveen 2015) der karriereveiledningspraksis har til hensikt av å føre til kritisk

bevissthet og myndiggjøring (empowerment) hos veisøkere. Etikken betegnes av normative verdier som respekt for, inkludering og ivaretagelse av medmennesket (likeverd) samt ansvarlighet, varsomhet og oppriktighet i praksisutøvelse.

**Karriereveiledning, en bred definisjon:**

Tjenester og aktiviteter som hjelper i overgangsfaser i livet med å ta valg om arbeid, utdanning, opplæring og håndtere karriere. Disse kan inkludere informasjon, samtaler eller kurs for å utvikle karrierekompetanser individuelt eller i grupper i samme rom eller over avstand. (Sultana & Watts, 2004, s. 10)

**Karriereveiledning, en smal definisjon:**

“Profesjonelle, individuelle samtaler mellom en veileder og en veisøker om karriere-relaterte spørsmål med den hensikt å bidra til å styrke veisøkers refleksjon, motivasjon og ferdigheter til å håndtere egen karriere”. (Gaarder & Gravås, 2011, s.20)

## 1.6 Kunnskapsstatus i Norge

*«Forresten, Kirsten Marie, har du forslag til mer lesestoff om Life Design counseling (LDC)? Jeg kjenner at jeg fortsatt bare skummer overflaten, selv om jeg har lest både artikler og bøkene «Career Counseling» og «Life Design Counseling Manual» til Mark Savickas (2011, 2015b). Jeg har ikke helt tak på forskjellen mellom LDC for Career Construction, andre former for LDC, og hvordan alt henger sammen.»*



*«Handbook of Life Design: From Practice to Theory and From Theory to Practice»(2015) vil absolutt gi deg større innsikt. Boka samler både fagpersoner, teori og metoder. Husker du at Dr. Paul Hartung presenterte denne boken når han kom til Drammen og holdte seminar høsten 2016?»*

«Ja, og jeg husker at det var mange tilhørende, kanskje over hundre personer! Det var da jeg først ble oppmerksom på den holistiske tilnærmingen i LDC. Jeg husker hvordan Hartung spurte oss om å skrive ned de ti viktigste rollene vi hadde i livet, og deretter sortere mellom 'work, love, and friends' for å se på livskarrieren ikke bare arbeidskarrieren, og hvordan disse gjensidig påvirker hverandre.»

«New Perspectives on Career Guidance and Counselling in Europe» (2018) er en ny bok. Her er en ingen norske forfattere med, men Rie Thomsen fra Danmark er medforfatter.»

«Ja, den har jeg akkurat skaffet meg på biblioteket. Men, hva med litteratur fra Norge? Jeg finner bare et innlegg skrevet av danske Lisbet Højdal på veilederforum.no og denne artikkelen er ganske kritisk. Andre du kjenner til?»

«Jeg skal skrive et kapittel i en bok som kommer til våren. Du finner litt skrevet om life-designing i «Utdanningsvalg»(2017). Helene Valgreen (2017) har også skrevet et innlegg om life-designing i det danske tidsskriftet, Vejlederen.»

«Tusen takk! Den har Peter Plant også nevnt for meg. Han sa at det var kun den artikkelen som han kjente til om Life Design i Danmark. Peter er jo veileder på min masteroppgave.»

Jeg sendte mail til Peter da det nå var klart for meg at det er lite skrevet i Norge og Danmark. Men, hva med Sverige? Han svarte,

«Næ, ikke i Sverige - to my knowledge.»

LDC har vært tema på seminar på USN og på Rådgiverforums landskurs i 2016. Kirsten Marie underviser i Life Design, der studenter oppfordres til å prøve seg frem samt skrive om og veksle erfaringer. I 2017 har hun blant annet holdt presentasjoner på Kompetanse Norges karriereveiledningskonferanse, Karrieresenteret i Telemarks Jubileums-

konferanse og, sammen med meg, på Veiledningskonferansen på USN. Kirsten Marie er i gang med sin ph.d.-prosjekt om LDC og høsten 2018 skal jeg, sammen med flere karriereveiledere, bidra inn til prosjektet med erfaringer fra praksisfeltet.

Inntrykket er at LDC fortsatt er lite kjent for karriereveiledere i Norge. Det finnes ikke forskning i Norge enda og heller ingen profesjonelle opplærings- og treningsmiljø.

Bokkapittelet til Kirsten Marie (2018), Life Design i Norge – en vei til meningsskaping, er kommet på trykk våren 2018. Dette er en oversiktlig og god introduksjon til LDC, med hovedfokus på Savickas' CCC med Career Construction Interview (CCI). CCI er kort omtalt i to norske fagbøker (Røyset, 2017; Svendsrud, 2015) der det refereres til Savickas' life-designing, men ikke LDC i bredere forstand. LDC har også blitt kort omtalt i Ingrid Bårdsdatter Bakkes blogginnlegg, og som nevnt av både Lisbeth Højdal i veilederforum.no og Helene Valgreen i Vejlederen som skriver kortfattede kritiske artikler. I (2016) skrev Højdal med Bogen og Irwing et kritisk innlegg på en internasjonal konferanse i Spain. Det var også skrevet litt om LDC etter seminaret på HSN (USN) i 2016 på veilederforum.no.

Rapporten om status i karriereveiledning i Norge, NOU 2016:7 nevner ikke metoder for veiledning som bør forskes på for å lære om veiledningsmodellers bidrag til kvalitet i karriereveiledning. Meningsfulle valg er omtalt kun én gang i hele rapporten. Det står heller ingenting om Life Design i EUs Lifelong Guidance Policy Network (ELGPN) rapport fra 2012 om livslang læring.

Forskning tenderer i retning av fokusering på evidens om effektiviteten av intervensjoner (E. H. Haug, Plant, P., 2015; McLeod 2013 i Weber, 2018), heller enn det som autoetnografisk forskning representerer; veilederens egen erfaringsberetning og

erkjennelsesprosess som kilde til viten om hvordan veileders egen refleksivitet kan bidra til den refleksive kvaliteten i veiledning.

Våren 2018 har et prosjekt i regi av Kompetanse Norge kommet i gang: Utvikling av et nasjonalt kvalitetsrammeverk, Kvalitet i karriereveiledning. Prosjektet skal se spesielt på kvalitetssikring hvor en av fokusområder kommer til å være *prosesskvalitet* (E. H. Haug, 2018).

Jeg ville finne ut om det finnes annen AE-forskning i karriereveiledningsfeltet og tok kontakt med Peter McIlveen.

*"Hi Peter! I am wondering if you know of other/ongoing autoethnographic research on Life Design counseling? I am doing an autoethnography and am trying to find similar types of work. Any tips?"*

*"Amy, as far as I know, you are the only scholar writing about life design via autoethnography. I remember when I wrote my paper in 2006. No one in psychology or career development was writing autoethnography. It can be rather daunting."*

*"Now, I have been thinking some more and my colleague Frans Meijers has recently written an autoethnographic study. I have read his draft, but I am not sure if it is published. Here is Frans' email."*

*"Hi Frans,  
Peter [McIlveen] kindly informed me that you have recently written an autoethnographic study. Is your work published? I am looking to read other examples."*

*"Attached is our autoethnographic article that is currently under review (so please don't make it public). All the best (and greetings to Peter), Frans"*

*"May I refer to our correspondence showing that other autoethnographic work is being done in the field of career counseling? I am*

*also curious to know if/when this article will be published?"*

*"No problem! Our article will be published in Maree, K. Ed. (2019). Innovating career counselling theory, research, and practice: In search of promoting inclusion and sustainable employment for all. – Frans"*

McIlveens avhandling og Meijer & Lengelles artikkel er foreløpig de eneste autoetnografiske studier i karriereveiledningsfeltet som jeg finner etter forespørsel og dokument søk.

## 2 Teori

### 2.1 En forankring

Vi var samlet på forelesning i Drammen en januar dag i 2016. Kullet hadde unnagjort emner «Karriereveiledning i et individ- og samfunnsperspektiv», «Karriereutvikling og karriereveiledning i forandring» og «Arbeid, utdanning og sosial inkludering». Vi har lest et bredt spekter av teorier og forskning på karriererelatert tematikk, og fått utforske disse. Kreativiteten min kom til nytte i forbindelse med en muntlig eksamen, og jeg laget spillet Governmentality. Inspirert av teori (Foucault i Kjærgård, 2012; Sandmo, 1999) og med hjelp av legofigurer, spillekort, terning



og brett, synliggjorde jeg veisøkeren og karriereveilederen, sammen med andre interessenter, i et krysningsfelt mellom makt og etikk, individ og samfunn, der vi alle er aktører. Nå, med emnet «Å veilede – prosesser og arbeidsmåter», var vi i ferd med å fordype oss i selve veiledningsprosessen; kjernen i Governmentality spillet. Jeg gledet meg til å reflektere sammen og utvikle praksis.

For å lære mer om praksisutøvelse er det på sin plass å bli oppmerksom på våre bakenforliggende perspektiver og tanker som styrer det vi gjør i veiledning. Hva er mitt overordnede syn på karriereveiledning (Watson, 2006, s. 54) og hvordan kobles det til mine valgte handlinger for å støtte veisøkere? Bobek og Robbins (2012) viser til at

karriereteorier skal hjelpe oss med å identifisere denne kritiske koblingen mellom vårt verdensbilde og praksis. Robbins (1989 i Bobek og Robbins 2012) skriver at teori fungerer som et overordnet rammeverk som vi bruker, enten implisitt eller eksplisitt, til å organisere informasjon, forklare veisøkers uttrykte eller implisitte behov, og ta stilling til steg for handling. På mange måter, er teorier en forenkling av virkeligheten som hjelper oss til å forstå og tolke (Lovén, 2011).

Før lunsjpausen introdusert Anne Marie Aubert oss for Gregory Bateson med en dokumentarfilm laget av hans datter.

Bateson delte sitt hermeneutisk, økologisk og tverrfaglig verdenssyn, med sirkulære forklaringer på relasjoner. Han fremmet «del-helhet-del»-perspektivet der mennesket ses som en foranderlig organisme i sine miljøer. Våre fortolkninger er våre kart over et mye større terreng enn det vi selv ser. Vi lærer ved å stille oss åpne for det vi ikke ser (Bateson, Abraham, Bateson & Bateson, 2011).

Filmen inviterte oss til å tenke over at vi kun ser deler av helheten, blant annet i relasjoner med andre, og hos oss selv. Vi er i konstant utvikling i relasjoner med mennesker rundt oss. Batesons idéer ble starten på å trekke blikket mitt mot det bakenforliggende; filosofi om vitenskap, epistemologien som karriereveiledningsteorier hviler på.

### 2.2 Social Construction (SC)

Kirsten Marie og jeg møttes høsten 2017. Siste gang vi møttes var vi begge i farta; jeg i ny jobb på et karrieresenter, og Kirsten Marie i semesteravslutning og oppstart av sitt ph.d.-prosjekt om Life Design counseling.

*«Du hadde jo et innlegg på Kompetanse Norges karriereveiledningskonferanse, og var også med på en konferanse i Italia sammen med fagfolk i Life Design-miljøet?»*



«Jo da, spennende tider. Det var nytt for meg å presentere for flere hundre. Jeg pleier å møte blikk til tilhørende, men her gikk det bare an å se på de som satt nærmest scenen. Jeg var glad for sjansen til å svare på spørsmål i etterkant. Da fikk jeg kontakt med publikummet. Og så mange interessante innlegg i Italia! Jeg traff også dine kollegaer fra Karriere Buskerud da de presenterte sitt forskningsprosjekt om karriereveiledning for NAV-brukere. Mye som skjer. Hva med deg?»

«Jo, bra! I høst har jeg blitt veldig inspirert av bøkene «An Invitation to Social Construction» og «Relational Being: Beyond Self and Community» av Professor Kenneth Gergen (2009, 2015). De forklarer sosialkonstruksjon (SC), og har gitt meg en ny forståelse av praksis med life-designing. Gergen viser med mange eksempler hvor viktig det er å forstå de bakenforliggende perspektiver som praksis bygger på. Jeg har begynt å lære om ontologi og epistemologi, men det har først nå gitt en praktisk betydning og endret mitt syn på relasjoner og veiledningspraksis. Tenk det! Etter 15 år som veileder! Utrolig nok fikk jeg mulighet til å høre Gergen i Drammen og snakke med ham i etterkant. For en sjanse!»

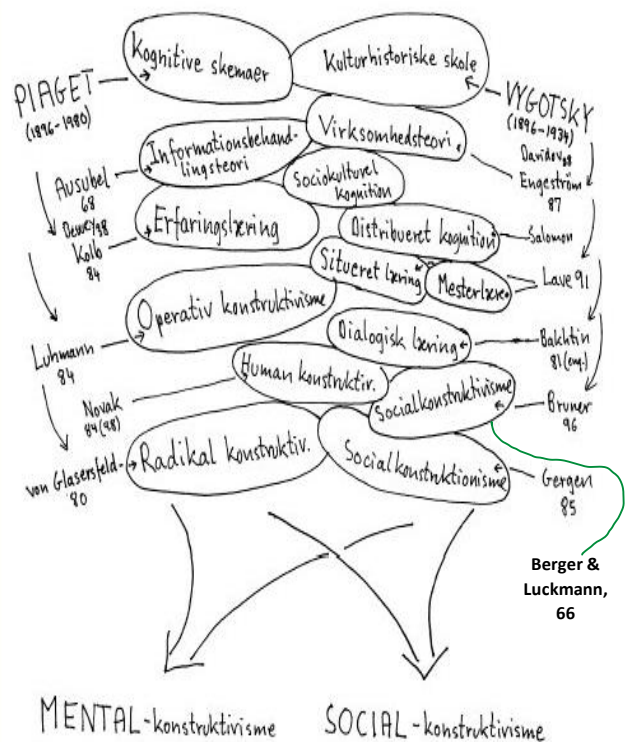
Det var ved tilfeldighet at jeg kom bort i disse bøkene og deretter ble invitert til et foredrag med Gergen i Buskerud. Puslebrikken kom endelig på plass for hvordan jeg kunne få en dypere forståelse av epistemologien som Career Construction Theory, og dermed CCI og Life Design-paradigme hviler på. Det var først da at jeg ble klar over Gergens viktige rolle i idéutvikling innen konstruksjonismen.

«Hei Peter!  
Har du forslag på noen artikler som diskuterer disse nyansene mellom -visme og -sjonisme? Det er denne fantastiske begrepsforvirringen mellom konstruktivism, Sosial konstruktivism og Sosial konstruksjonisme.»  
«Der er tale om nuanser: Peavy sagde ofte at han og Gergen var 90+% enige. Når den ramme er sat - så kan du forske»

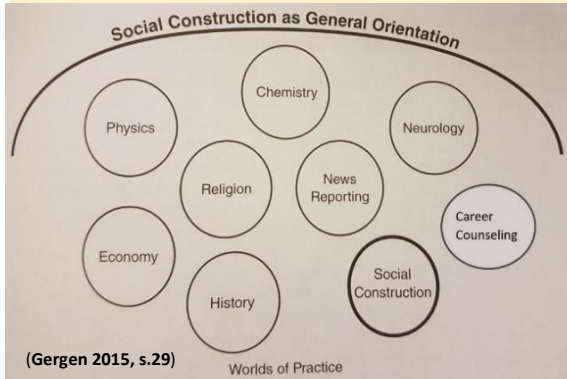
Peter Plant sendte meg flere lenker samt en informativ dansk artikkel.

Jens Dolin (2001) organiserer konstruktivistiske idéer i to hovedretninger. MENTAL-konstruktivism omfatter teorier som går ut på at meningsskaping og konstruksjonen av sosiale og psykologiske virkeligheter skjer i personlige, kognitive prosesser. SOSIAL-konstruktivism omfatter teorier som går ut på at meningsskaping og konstruksjonen av sosiale- og psykologiske virkeligheter er gjort virkelig gjennom sosiale prosesser og samhandling. Dolin har laget et kart for å få oversikt over viktige teoretikere på hver side av konstruktivismene innenfor læringsteorier. Berger og Luckmann er lagt til på kartet da de har tatt stor plass i norsk akademia i forbindelse med pedagogiske fag. Flere av disse teoretikere er referert til i karriereteorier. Her finner vi Gergen som en ledende bidragsyter på den sosiale siden av kartet med SC.

### KONSTRUKTIVISTISKE HOVEDRETNINGER (innen for læringsteori)



Gergen (2015) poengterer at SC rommer mange forskjellige perspektiver som oppstår i pågående og åpne dialogiske prosesser der alle kan bidra. SC-dialoger gir en grunnleggende form for sosial epistemologi. SC kan også forstås som et ontologisk metaperspektiv; en paraply for alle praksis-tradisjoner, kontekster og som egen tradisjon.



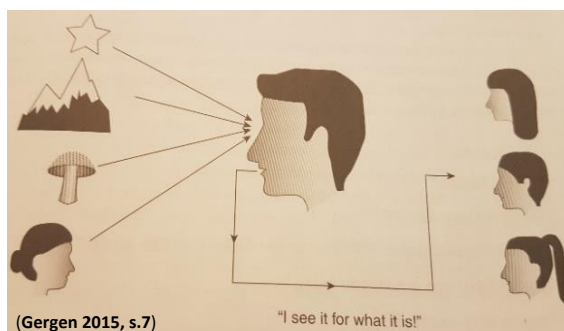
Under foredraget spurte jeg Gergen om han



kjente til Dr. Mark Savickas sitt arbeide innen karriereveiledning. På stående fot hadde ikke Gergen det. Det gjorde det tydelig for meg at

Gergen med SC representerer en overordnet orientering i alle faglige retninger. Jeg ga Gergen min utgave av Career Counseling (2011) da han var ukjent med boka.

Empirisme, i motsetning til SC, har autoritativt syn på vitenskap, har vært dominerende i vestlige samfunn og fremmer individualismen. I empirismen viser naturen sine hemmeligheter om virkeligheten og viten for oss på verdinøytralt og interessefritt vis; altså helt uavhengig av individets relasjoner. Fakta om verden kan observeres, kartlegges, studeres, forstås direkte og formidles objektivt, med språk som gir et nøyaktig bilde,

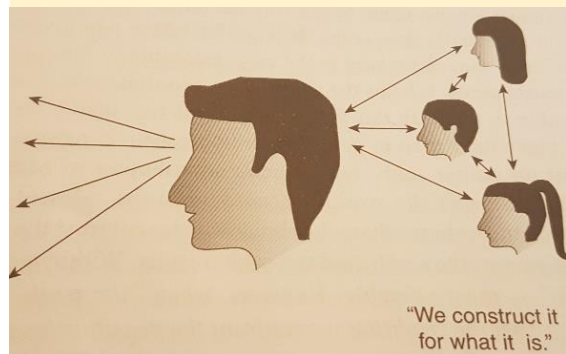


og speiler verden som den er.

Gergen (2015) problematiserer empirisme ved å vise til at sosiale relasjoner eksisterer nødvendigvis *før* språk. Han referer til Ludwig

*There is nothing in the mind that is not first of all in society. - Lev Vygotsky (1978)*

Wittgensteins *language games* der språk får sin betydning i måten det brukes i sosiale relasjoner og i gitte kontekster. Vi samhandler og jeg fortolker og ser. Våre sosiale relasjoner er essensielle for vår kapasitet til å forstå verden rundt oss, og for måten vi beskriver og forklarer den på. Alt vi tar for å være sant, rasjonelt eller godt, alt vi holder kjært, finner sitt opphav i våre prosesser med å *relatere*.



Kritikerne påpeker at med SC så vil det da ikke finnes en virkelighet; ingenting er der ute - bare våre konstruksjoner. Gergen (2015) svarer kritikken med at det finnes jo *noe*, men at våre beskrivelser av hva *noe* er, det som er sant eller moralsk, er avhengig av vår kontekst for meningsskaping og forståelse; vårt ståsted som er bundet i kultur og historie. Språk og handlinger kommer til uttrykk gjennom våre levemåter, der verdiene og tradisjonene våre er skapt og opprettholdt gjennom det vi deler sammen. Mens vi kommuniserer med hverandre konstruerer, rekonstruerer og samkonstruerer vi våre liv. Fremtiden blir til mens vi snakker sammen, skaper, lytter, setter spørsmålstegn ved, vurderer alternativer og omvurderer «sunn fornuft». Vi kan generere nye måter for forståelse, språkformer og måter å tolke verden på. Friheten til å skape

og endre er alltid med oss, til og med i vår neste samtale. Et SC-syn åpner for et bredt spekter av muligheter og uendelig invitasjon til innovasjon. Dette betyr *ikke* at vi bør forlate alt som vi tar som virkelig og godt, bare fordi det er i grunn sosialt konstruert. Tvert imot, er det nettopp derfor det finnes meningsfulle virkeligheter og verdifulle handlinger. Å velge relasjoner er samtidig å velge en verden og hvordan vi lever i den og deltar i å skape fremtiden. Relasjoner er skjøre, og derfor må fokuset vendes på hvordan vi best kan ta vare på disse.

*Den enkelte har aldrig med et andet menneske at gøre uden at han holder noget af dets liv i sin hånd. Det kan være meget lidt, en forbigående stemning, en oplagthed, man får til at visne, eller som man vækker, en lede som man utdyyber eller hæver. Men det kan også forfærdende meget, så det simpelthen står til den enkelte, om den andens liv lykkes eller ej.*  
- Knud Ejler Christian Løgstrup, 1956

I prat med Gergen, snakket vi om delstaten Pennsylvania, USA der han bor og der jeg vokste opp. Han var genuint tilstede i møte med meg; en opplevelse som minner meg om samtaler jeg har hatt med andre fagpersoner som verdsetter å være tilstede i øyeblikket med studenten (Lars Gunnar Lingås, Peter Plant, Anne-Marie Aubert, Mark Savickas, og min veileder fra bachelorstudier i sosiologi, Dr. Stephen Cobb for å nevne noen).

Gergen (2015) poengterer at det vi aksepterer som vitenskap vil alltid preges av verdier knyttet til en epistemologisk retning. I empirismen finnes det fremtredende verdier som validitet, sannhet og statistikk, der det er stemmen til eksperten eller forskeren som det lyttes til. SC vektlegger heller verdier som verdiforankring, fellesskapsbygging med samarbeid og støttende praksis, fyldige beskrivelser, fortolkning og sosial rettferdighet. Forskeren frigjøres som 'eksperten', og flere stemmer blir hørt, slik at forskning og samfunn får en nærere relasjon.

SC fremmer en ydmyk, tolerant og nysgjerrig holdning til vitenskap og til det ukjente.

Gergen hadde med seg kopi av «Relational Being», og omtalte den som morsom å skrive.

Han skriver om menneskesynet fra de to overnevnte perspektiver; empirismen der vi ses som bundet vesener (*bounded beings*) og SC som relasjonsvesener (*relational beings*). Fra empirismen er vi separate og selvstyrende vesener, som handler etter egne evner og sinnstilstand, har makten til å resonere og har naturlig gitte iboende lidenskaper. Meg her, du der (med hver vår indre verden) og et gap oss imellom. Bundet vesener bor i en verden av fundamental separasjon der samfunnet består av autonome enkeltpersoner som møter hverandre i relasjoner.

*Med hvor blotte holdning til hinanden er vi med til at give hinandens verden den skikkelsen.»*  
- Knud Ejler Christian Løgstrup, 1956.

I lunsjen, etter vi ble presentert for Bateson, dro studiekollega Sabine Berg og jeg på kunstutstillingen Inside – Extra (Helleberg Bahri, 2016). Her var det utstilt skitne glidelåslukkede klesoppbevaringsposer hengende på rekke og råd. Utstillingen ga meg bilde av mange enkeltpersoner som, enten frivillig eller ved tvang, valgte en konform og tilsynelatende trygg tilværelsesdrakt som skjuler fullstendig det vakre i hvert menneske.



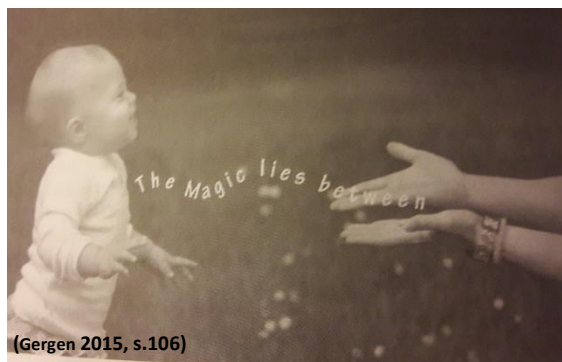
Gergen (2009) spør om det går an å utfordre denne måten å forstå oss selv på og presenterer SC som et alternativt menneskesyn. Som *relasjonsvesen* er deltakelse i en sosial verden en forutsetning for opplevelsen av både selvet og sinnet, altså hvem jeg *er* og hva jeg *tenker*. Grensen mellom sinnet og omverden viskes bort. Her finnes det ingen du og jeg, før det finnes oss. Selvet bygges fra samlingen av relasjoner som vi har i livet, og forstås som en medskaper i den sosiale verden. Vi er samkoblet i meningsskaping, der ingen av oss alene står for opprinnelsen til meningsgivende prosesser. Evnen til å bety noe som helst tilhører den sosiale prosessen.

---

*In the beginning is the relationship.*  
- Martin Buber, *I and Thou*

---

For sosialkonstruksjonistene er magien i *the between*. Alt vi forstår, lærer og får frem som



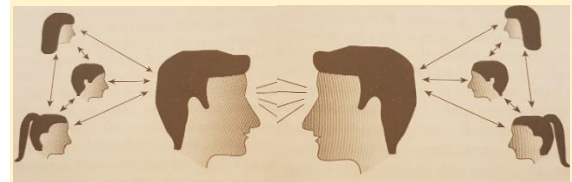
ny viten skjer i relasjonen. På metaforisk vis sammenligner Gergen *selvet* som vingen på en sommerfugl. Vingen utgjøres av ørsmå skjell (eller fjær, se bilde) som representerer hver relasjon som vi nå har eller har hatt. Disse kan være faktiske eller de vi ser eller leser om i medier eller fortellinger. Relasjoner utgjør dermed selvet og vi blir til *multi-vesener*. Når vi møter andre møter vi deres relasjons-samling som en annen sommerfuglvinge. Som multivesener møter vingene våre hverandre, og vi blir samtidig til nye ørsmå *skjell* i hverandres vinge. Noen av våre relasjoner er mer fremtreden og i bruk enn andre. Viten om at vi har flere skjell å velge mellom, og at hver

av oss er i stadig relasjonsendring, gjør at vi også kan forholde oss til hverandre og omverden mer åpnet og på forskjellige måter. Sammen i relasjoner blir vi som en flyvende sommerfugl; vi beveger vi oss i ny forståelse, viten og endring. Lignende men annerledes syn på selvet (vingen) finner vi i Hermans



(Gergen 2015, s.116)

og Kempens (1993, i McIlveen 2007, s.297) teori om det dialogiske selvet. Et dynamisk mangfold av forholdsvis autonome jeg-posisjoner (skjell) beveger seg i et innbilt landskap der jeg-et kan skifte posisjon etter behovet for forandring i situasjonen til enhver tid. Jeg-et kan gi stemme til hver jeg-posisjon; et komplekst, narrativt-strukturert selv.



«Hvordan ta 'relasjonsvesen' på alvor, Lars Gunnar?»

«Du startet dagen i dag med å snakke om at 'selvet ikke finnes uten relasjon'. Det er filosofisk sett en veldig interessant tilnærming. Altså, så anerkjennelsen av at relasjoner er en enorm kraft på mennesker fordi vi er sosiale vesener. Det synes jeg du skal få frem. Dels i erkjennelse av at du er deltaker i en narrativ veiledning av disse mennesker du er veileder for, også da din rolle som forsker er en relasjon.»

«Ja! For det er en relasjon i likhet med hvordan Gergen skriver. Jeg kaster meg selv ut som relasjon til alle som leser, og da har jeg et ansvar for den relasjonen jeg skaper.»

«Ja, riktig, det gjør du.»

---

*"A self is built from the outside in, not the inside out."*  
- Mark Savickas (2013, 3. 155)

---



## 2.3 SC i karriereveiledningsfelt

Collin og Young (2004) forklarer at bruk av mentale- og sosiale konstruktivismen (deriblant SC) i karriereteorier kom som følge av samfunnsendringer og karriereveilederes praktiske behov for nyttige metoder i hverdagssituasjoner. SC utfyller karrierefeltet spesielt med alternative perspektiver på nøkkeltemaer som selvet, valg og agens (se side 3). David V. Tiedeman omtales som ingeniøren av «career construction» da han brukte begrepet i 1961 like etter han omdannet sitt syn fra positivismen til SC (M.L. Savickas, 2008). Konstruktivismen innbefatter både narrativ karriereveiledning, som Vance Peavy (1998), Larry Cochran (1997) og Jean Guichard (2005) skriver om, et kontekstuellt fokus, som David Blustein (1997) bidrar med, og et system fokus, som Mary McMahon og Wendy Patton (1999) fremstiller for å nevne noen av bidragsyterne. Der Peavy og Cochran omtaler sosialkonstruktivismen, begynte Mark Savickas i 1989 å referere til konstruktivismen der (personlig) 'konstruktivismen' og 'SC' ble sammenfattet som *konstruktivismene*. SC blir senere omtalt som *meta-teorien* til hans Career Construction Theory (CCT) (M. L. Savickas, 2013).

## 2.4 SC og Career Construction Theory (CCT)

Dr. Mark L. Savickas' arbeider teller i dag over 500 presentasjoner, 100 vitenskapelige artikler og 45 bokkapitler (2016). I 2003 omtalte han SC som mulig rammeverk for å undersøke tradisjonelle perspektiver på karriere (Young, 2004). Med utvikling av CCT fra 2001 og etablering av et såkalt Life Design-paradigme fra 2006 gjøres nettopp dette. Savickas (2015a) fremmer en bevissthet om forholdet mellom vår forståelse av verden, forståelse av erkjennelse, og hva som skjer i veiledningssituasjonen ut i fra de paradigmer som vi tar del i. Han plasserer konstruksjonismen som en av tre måter å

forstå verden på (perspektiver) blant fire parametere for måter vi kan jobbe med karriereveiledning (Modellen under er forstørret i vedlegg 1, tabell 1). Veilederens vitenskapsfilosofi trer således frem fra dens perspektiv som igjen er bestemmende for paradigmet og videre for prosessene for veiledning.

COUNSELOR Perspective ⇌ Philosophy ⇌ Paradigm ⇌ Processes CLIENT

Parameters of Career Counseling Approaches

Paradigm	Perspective	Philosophy of science	Processes
Vocational guidance Career development	Empiricism Humanism	Formalist Organismic	Guiding, advising, placing Educating, coaching, facilitating, psychological counseling
Life designing	Constructionism	Contextualist	Designing, healing

(Savickas 2015, s.130 &140)

CCT forklarer de fortolkende og mellommenneskelige prosesser der individer gir mening og retning til sin yrkesmessige atferd (M. L. Savickas, 2002, 2005; 2013). Teorien knytter sine røtter til to forhenværende paradigmer i karriereveiledningsfeltet. Det første, initiert av Frank Parsons (1909), med et beskrivende syn fra empirismen, har en *differensieringstilgang* på den *objektive* karrieren. Yrkesrådgivningsparadigmet eksemplifiseres i *barndommen* der selvet ses på som objekt og skuespiller. Her er karriereveiledning opptatt av *hvem* vi ligner i atferd og i sekvens av arbeidsroller, samt matching og kongruens mellom yrkestyper og -krav, og persontyper, evner og interesser. Det andre, initiert av Donald Super (1953) med et vekstsyn fra humanismen, har en *læringstilgang* på den *subjektive* karrieren. Utviklingsparadigmet eksemplifiseres i *ungdomsåra* der selvet ses på som subjekt og aktør som finner mål å streve etter. Her er karriereveiledningen opptatt av *hvordan* vi lærer oss å komme videre med egen utvikling og aktualisering, samt utforskning av måten arbeidsliv utfolder seg gjennom livsløpets stadier og utviklingstrinn.

Det nåværende såkalte Life Design-paradigme, initiert av Life Design Research Group, har et kontekstuellt syn fra mental- og sosial konstruksjonisme (med SC som metateori) og en *refleksivtilgang* på den *projektive* karrieren. Det eksemplifiseres i *voksen alder* der selvet



ses som refleksivt prosjekt og forfatter. Karriereveiledningen er opptatt av *hvorfor* vi velger videre som vi gjør.

*The purpose of life is a life of purpose.*  
- Leider (1997) i Savickas (2011)

Karriereveiledningsrelasjon og arbeidsallianse skal være til nytte for veisøkeren, med tanke på at virkelighet får mening og viten skapes gjennom språket vi bruker og våre sosiale relasjoner. Relasjonen rammer inn den fortolkende og mellommenneskelige prosessen i å konstruere selvet og forme identitet. Relasjonen gir sammenheng for refleksivitet: refleksjon over, omskriving, videreskriving og bruk av veisøkerens selvbiografisk meningsbærende og unike fortelling.

Savickas (2013, s. 37:12) viser karrieretjenester i et samlet felt hvor profesjonelle veiledere, som jazzspillere, kan koreograferer de forskjellige perspektiver fra et karrieretjenesterepertoar (Forstørret bilde i vedlegg 1, bilde 1).

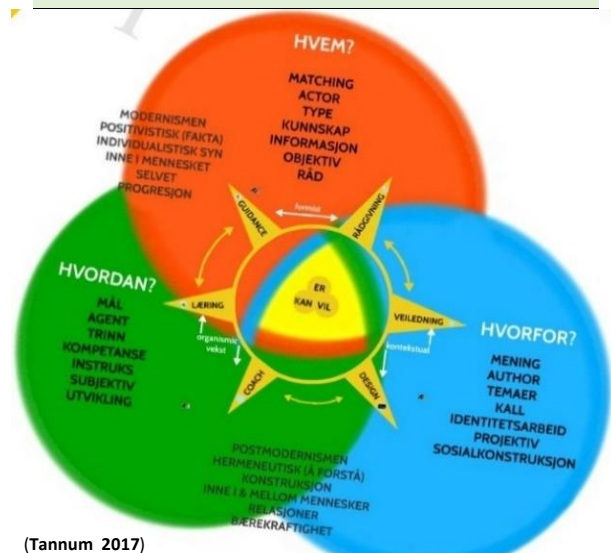


(Savickas 2013, frame 37:12)

Audrey Collin (1996 i (Hansen, 2010, s. 132)) beskriver tre veiledertyper og deres forståelse av forholdet mellom teori og praksis. Disse kan ses i sammenheng med perspektiver i Savickas' CCT. *Kartleserne* bruker beskrivelser og informasjon fra forskjellige vitenskapelige syn for å matche veisøker med yrkesretninger. *Kartskaperne* bruker læring fra erfaringer for at veisøker kan utvikle egne kompetanser, plan og mål. *Jazzspillerne* kan veiledningskunsten til fingerspissen og setter 'kart og metoder' til side. Vi bruker lytteevnen,

improviserer i øyeblikket, står i 'det åpne' med veisøker og tilpasser veiledningen veisøkers behov. Vi fanger opp melodiske temaer i karrierefortellingen, eller 'stykket', og undrer oss over disse sammen med veisøker. Savickas (2013b; 2013a) som jobbet med både John Holland og Super, fremmer nettopp det å dra nytte av, og veilede på tvers av, disse perspektiver på eklektisk vis. I 1997 sier han at hver av disse perspektiver tar opp vårt behov for å *tilpasse* oss samfunnets- og arbeidslivets krav; det essensielle med karriereveiledning. Med tilpasning mener Savickas en fleksibilitet i respons til miljøet, *uten* at dette ordet favner negative idéer om å måtte justere seg til, samsvare eller imøtekomme miljø.

Våren 2015 ble jeg spurte av jobben om å presentere hvordan vi kunne videreutvikle karriereveiledningstjenester. På samme tid, tok jeg masteremne «Karriereveiledning og karriereutvikling i forandring», og ble oppmerksom på forskningsrapporten *Voice of Users* (2011). Den konkluderte med at veisøkere får i liten grad påvirke karriereveiledningstjenestens innhold. Jeg lot meg inspirere og kombinerte tanken om påvirkning med læring om de objektive, subjektive og projektive perspektivene. En slags karriere-veiledningsmeny ble presentert som en måte å introdusere karriereveiledning på og være åpen med veisøker om fremgangsmåter for samarbeid (Forstørret bilde i vedlegg 1, bilde 2).



(Tannum 2017)

Savickas (2009b; 2011, 2012; 2013b; 2013a; 2015a; 2009a) poengterer at vi trenger perspektiver og metoder som er i takt med veisøkers behov for veiledning i dagens samfunn. Frem til slutten av det 20. århundre besto 'karriere' av et institusjonalisert levesett definert av forpliktende og langvarige arbeidsforhold. Samfunnet hadde manus for deg med en fortelling om livet og dets stadier. «Her er din plass (og dine roller). Gå og lev den». Karriere var som en *kjent sti* gjennom livet med forutsigbare modningsetapper, eller som en *stige* med klare utviklingstrinn til suksess. I dag har manuset for hvordan dette skal gjøres blitt til et individualisert levesett i den globale økonomien. Vår felles fortelling har fått sin store undergang og stien er ødelagt. Heller enn å planlegge, trenger vi å forberede oss for muligheter og, i mye større grad, selv få livet til å skje. Vi må kontinuerlig spør oss selv, «hvilken vei skal jeg ta?» samtidig som samfunnet spør, «Hva er din fortelling?». Vi selv må passe på å konstruere den slik at den møter egne behov. Vi må finne egne mål og velge et liv sammen med familie og de som står oss nær. Dette krever refleksivitet. Ingen meta-manus, bare en meta-deg. Karrieren er nå *grenseløs og selvstyrt*.

*You gotta make you. You gotta make you.*  
- Mark Savickas, 2013

Arbeidslivstilknytning kjennetegnes oftere av fleksible og kortvarige prosjekter. En fjerdedel av amerikanske arbeidstakere er ansatt i nåværende jobb i under ett år. To-tredjedeler av tyske unge voksne arbeidstakere har midlertidige kontraktfestede stillinger (2013). Vårt fokus har gått fra å forbli ansatt til å forbli ansettelsesdyktig. Livsløpet kan nå sammenlignes med ukjent terreng; et hyppig skiftende landskap som krever kontinuerlig tilpasning. Karrieren er nå som en *kjerre* som bærer oss gjennom dette uoppgåtte terrenget. Kjerren er vår *fortelling* som holder



*I can only answer the question, 'what am I to do?' if I can answer the prior question, 'what story or stories do I find myself a part of?' – Alasdair McIntyre (1958)*

oss under reisen, mens vi møter på endringer og tilpasningskrav. Som meningsbeholder viser karrierefortellingen oss verdien av arbeid i sammenheng med livet vårt for øvrig.

*Story holds feelings, comprehends experience, contains anxiety, and secures space for exploration. Stories make our lives coherent and continuous. Story serves as a container for meaning and a continuity of being.*  
- Mark Savickas (2009, s. 204)

Vi finner trygghet i fortellingen heller enn i et langvarig arbeidsforhold med sti eller stige. Karriereveiledning skal nå bistå veisøkere i å gjøre en selvbiografisk resonering og bruke sin fortelling med selvvalgte livsstrategier. Savickas (2013) forteller at han ble først klar over behovet for å jobbe med narrativer i 1994 da det ble tydelig at matching og læring ikke gjorde nok for veisøkeren. Disse perspektiver nådde ikke inn til det unike ved den enkelte. Han viser til ledende karriereeksperter og teoretikere som fremmer at veiledning i grunn handler om å få tak i veisøkers fortelling.

*A story is a re-presentation infused with meaning.*  
- Mark Savickas

Vi kan tenke at vi er i vår kjerre på reise, og der inne vever vi et stykke av vårt liv med mønster og tråder. Noe skjer på



veien og vi går ut for å se hva det er. I mellomtiden, går vevestykke i oppløsning med alle trådene i en haug. Vi har vevesperre,

*The web of our life is of a mingled yarn. - Shakespeare*

det vil si at vi ikke vet hvordan vi skal sette i gang igjen. Ut på veien møtte vi en karriereveileder som vi inviterer inn i kjerren.

**Sammen** finner vi ledetråden og ser hvordan vi kan veve videre. Vi fortsetter på reisen etter samarbeidet, og karriereveilederen møter andre på veien som trenger tjenesten (Inspirert av Savickas 2016).

*Perhaps story is the soul of empathy – genuine understanding, a shared humanity that reaches across and touches; and in feeling with the other we become our own self – the human intertextuality of existence.*  
Peter McIlveen (2008, s.18)

Veving, oppløsning, og å veve om igjen skjer kontinuerlig i livet. Dagens arbeidsliv omtales som *kaleidoskopisk* der deltakelse krever at vi stadig skifter oppgaver, miljø og tilhørighet (Savickas 2013 & 2016). Inn og ut av kjerren. Endring, tilpasning og omveving (Savickas 2016); altså *transitioning* (Hartung, Savickas & Walsh, 2015). Våre holdninger, kompetanser og overbevisninger vil påvirke våre handlinger, retning og valg. Vi må konstant balansere mellom samfunnets kjerne roller, arbeid,



venner og familie, og få samsvar mellom våre indre behov og ytre muligheter; en bevissthet til det vi vil ha og det vi vil unngå utfra

egne behov for trygghet. (Adler 1931 i Hartung, 2016; M. L. Savickas, 2015a). Vi må få det uforutsigbare arbeidslivet til å passe inn i våre liv for øvrig, ikke omvendt (King, 2004; M. L. Savickas, 2013).

Dagens individualiserte livsløp krever to metakompetanser, evnen til å forme identitet og evnen til å tilpasse seg. Ressurssterke personer bruker disse i en smidig håndtering av tre yrkesmessige hovedutfordringer: utviklingsoppgaver, overganger og traumer i arbeidslivssammenhenger (Savickas, 2013). Den første metakompetansen, evnen til å forme identitet, handler om at vi vet *når* det er på tide å endre oss. Det er syntesen mellom selvet og dets rolle i en sosial kontekst og

uttrykkes i våre fortellinger. Svaret på spørsmålet, 'hva driver du på med', er en identitetsfortelling.

*To be a person is to have a story to tell.*  
– Isak Dinesen (alias Karen Blixen)

Endring i våre roller som utfall av disse yrkesmessige utviklingsoppgaver, overganger, og/eller traumer fører vanligvis til identitets-tap. *Narratividentitetsarbeid* handler om å jobbe refleksivt med å beholde en konstruktiv selvopplevelse, til tross for yrkesmessige endringer. Vi jobber med fortellingen vår, og aktivt anstrenger oss for å erkjenne og analysere påvirkningen av nye erfaringer og sosiale forventninger. Vi jobber frem et *identitetsnarrativ* som forteller oss hvordan vi endrer oss over tid, gjennom forstyrrelser og avvik, uten å miste mening i livet. Vi forblir oss selv i respons til endringer. Fortelling blir identitetsarbeid med gapet mellom det som skulle være og det som er. Identitetsnarrativet jobbes frem via mikronarrativer om viktige selvdefinerende hendelser og erfaringer. Vi setter sammen disse til et makronarrativ, eller hovedfortelling, om livet. Identitetsnarrativet gir en integrert løsning som uttrykker det unike med oss, gir stemme til våre mål og retning til våre aktiviteter. Den brukes til å forhandle sosiale begrensninger og evaluere karrieremuligheter (M. L. Savickas, 2011; 2013).

Den andre metakompetansen, *evnen til å tilpasse seg* (M. L. Savickas, 1997; 2013), handler om at vi vet *hvordan* vi skal endre oss i forhold til konteksten. Det er en avgjørende vilje og evne til å styre egen situasjon; en agens vi trenger når yrkesfortellingen er stanset, satt i ro, borte eller ødelagt. Evnen til å tilpasse seg handler om å gjenoppta bevegelse og den blir synlig gjennom *verb* som brukes. Det innebærer fire c-dimensjoner. **Concern** og planmessighet: bevissthet om viktigheten av å *forberede* egen fremtid i arbeid. **Control**: opplevelsen av å ha kontroll over nå- og fremtiden. Å *nære* selvregulering

og å utforske tilgjengelige muligheter.

**Curiosity:** nysgjerrighet om hvordan vi passer i forskjellige sammenhenger i arbeidslivet. Å *utforske* mulige versjoner av oss selv, fremtidsscenarioer, typer arbeid, og sosiale muligheter. **Confidence:** selvtilliten til å *følge* aspirasjoner og *design* fremtidens arbeidslivstilknytning. **Self-efficacy** om (troen på) et positivt utfall av sitt eget initiativ. Evnen til å tilpasse seg utvikles langs disse c-dimensjoner (M. L. Savickas, 2011; 2013). Her samhandler vi med miljøet; vi er kjappe til å lære og å forstå for å komme i kongruens gjennom å foreta oss endringer.

## 2.5 Fra SC i CCT til life-designing

Etter Bateson filmen, lunsj og en tur på kunstutstilling med Sabine, begynte ettermiddagsøkten på mastersamlingen med en spesiell oppgave: «I grupper på tre, skal én intervjuer en annen i gruppen med CCI. Den tredje observerer».

Vi fikk utdelt et ark med seks spørsmål og skulle være tilbake til en erfaringsutveksling om en halvtime. Dette var en ny erfaring for Håvard, Maren og jeg med en fullstendig ukjent karriereveiledningsmetodikk. Vi ble kastet ut i CCI uten en bakenforliggende forståelse om hvilken karriereteori (CCT) som CCI tuftes på, hva slags karriereveiledningsprosesser vi nå jobbet med (designing), eller CCIs paradigmeforankring (Life Design), epistemologiske syn (kontekstualistisk) og ontologiske perspektiv (konstruksjonisme). Seks spørsmål. Vær så god. Jeg intervjuet Håvard og Maren observerte. Vi opplevde spørsmålene som noe merkelige og spurte hverandre, «Hvorfor akkurat disse, og hvordan er denne fremgangsmåten tenkt som karriereveiledning?» Vi var ikke bekvem med å bruke CCI i egen praksis uten en bedre forståelse. Jeg tenkte på situasjonen veisøkere kan oppleve; å bli utsatt for metoder og spørsmål uten å forstå seg på hvordan disse er valgt eller kunne påvirke hvilke av disse som brukes

i forhold til sin egen karriereutfordring.

(Rossier og Nota 2015; Vilhjálmsdóttir 2011, s.289).

Mark Savickas har vært et kjent navn for meg i mange år. Jeg ble derfor meget nysgjerrig på disse merkelige spørsmål når det var han som var hjernen bak. Etter samlingen leste jeg *Career Counseling* (2011). Boka var fengede



med en utdypet forklaring om life-designing. Jeg jobbet resten av våren med boken og endt opp med å oversette den til norsk for meg selv for å bedre forstå innholdet. Savickas skriver med et

innholdsrikt språk som til og med er utfordrende for meg som amerikaner. Jeg studerte også en filmserie der Savickas (2009) gjennomfører og diskuterer life-designing.



Life Design Research Group ble startet i 2006 og består av forskere fra sju land (Nota og Rossier 2015).

Gruppen samler karriereveiledningsperspektiver, tuftet på konstruktivisme og bestående av tilhørende teorier, kontekstuelle veiledningsmodeller og metoder, under taket *Life Design-paradigme*.

Life-Design Counseling (LDC) innbefatter Savickas' veiledningsmodell, Career Construction Counseling (CCC), med tilhørende samtalem metode Career Construction Interview (CCI). CCT styrer helt spesifikt modellen CCC og metoden CCI. Savickas (2011; 2012) betegner kombinasjonen 'CCC med CCI' som *life-designing*. Denne betegnelsen kan forvirre fordi den også brukes i omtalelsen av andre LDC-metoder.

CCT brukes altså i flere LDC-modeller som ikke er presentert i denne avhandlingen. Teorien gir struktur for å velge perspektiver og metoder som er nyttige i veilednings-samarbeid der vi konstruerer karriere gjennom små historier, dekonstruerer og rekonstruerer disse til en hovedfortelling og samkonstruerer fortellingens neste episode



med konkrete handlinger (M. L. Savickas, 2011). Forskningsgruppen har som mål å lære om utfall av LDC når det gjelder karriereidentitet og evnen til å tilpasse seg. De er opptatt av å lære om prosessen med LDC; hvordan refleksivitet fostres og utvikles, hva som endres hos den enkelte og hva fremmer endring (Savickas og Guichard 2016).

*Life-designing* (LD) er Savickas' forslag til hvordan vi sammen kan finne ledetråder og mønster for å gjenoppta en meningsfull karrierefortelling. LD er en form for narrativ karriereveiledning som gjerne foregår som et tre-part drama bestående av tre 'akter' eller samtaler (Forstørret bilde i vedlegg 1, bilde 3).



(Savickas, 2011 oversatt av Norendal, Quagliata & Vassbotn, 2016)

I første akt er veisøkeren *fortelleren* og veilederen *tilhøreren* (*audience*). Vi er tilstede i øyeblikket med en trygghetsskapende væremåte, og spør om hvordan vi kan være til nytte for veisøker i sin prosess. Svaret vi får iscenesetter veisøkers videre fortelling. Veisøkeren inviteres til å dele sine små historier med de fem CCI-spørsmål (Forstørret bilde i vedlegg 1, bilde 4). Veisøkers små historier kan få frem han eller hennes *selvbilde* med sentrale egenskaper,

SPØRSMÅL
Hvordan kan jeg være til nytte i din prosess med å utvikle din karrierevei videre?
1. Hvem var dine viktigste rollemodeller da du var liten? Fortell meg hvordan du opplevde ham/henne.
2. Leser du noen blader jevnlig eller ser på noen faste TV-programmer eller nettsider? Hvilke? Hva er det du liker ved disse?
3. Hva er din nåværende favorittbok eller –film? Fortell meg hva den handler om.
4. Hva er ditt favorittuttrykk eller favorittmotto?
5. Hva er dine tidligste minner? Jeg er interessert i å høre tre historier om noe du husker skjedde deg da du var mellom 3-6 år, eller så langt tilbake som du klarer å huske.

(Savickas, 2011 oversatt av Norendal, Quagliata & Vassbotn, 2016)

foretrukne *arbeidsomgivelser* med kjerneinteresser, *manus* for en ønskelig utfoldelse,

*selv-råd* for en løsning og til slutt engasjement eller *perspektiv* med livstematikk. Som tilhører fanger vi opp fortellerens ordbruk og hører etter mønster i fortellingen.

*Pattern is the primary unit of meaning.*

- Mark Savickas (2005, s. 58)

Life-designing understreker 'det å bety noe for livet' (*mattering*). Våre små historier relateres til høyere verdier, både for oss selv og for samfunnet (eksempelvis fred og rettferdighet) og lenker disse med fremtiden ved å fremme intensjon og handling. Å øve opp og iverksette 'hensikt' eller 'kall' (purpose) gir ny giv og fremmer opplevelsen av personlig myndighet og frihet til å designe eget liv. Vi vurderer hva arbeid kan gjøre for oss i tillegg til hva slags arbeid vi kan gjøre. Vi også vurderer hvordan vår 'hensikt' kan oppfylles i andre sosiale roller som familie og verv (Savickas 2011, 2015 og Hartung 2016). CCI-spørsmål åpner opp for tematikk som vi jobber med gjennom livet. Vi finner tematikken i våre tidligste relasjoner der vi først tar til oss kulturelle diskurser og lærdom om utfordringer. Det er her våre første rollemodeller viste oss hvordan de løste utfordringer. De ble våre fantasiressurser og viktige 'relasjonsskjell i vår sommerfuglvinge' som informerer og former vår identitet. Som skuespillere øvde vi opp rollemodellenes egenskaper frem til de ble våre egne og ved å reflektere over dem kaster vi lys på våre styrker. Vi fant en sosial rolle, og vi forsøker å tilpasse forskjellige scener i vårt livsteater

HENSIKT	SPØRSMÅL	DEL
karriereveiledningens mål; «sette» SCENEN	og være til nytte i din prosess din karrierevei videre?	HANDLING
egenskaper, trekk; SELVBILDE	ine viktigste rollemodeller da eg hvordan du opplevde ham	HOVED-PERSON
klargjøre interesser, indikere ARBEIDS-OMGIVELSER	en blader jevnlig eller ser på er nettsider? Hvilke? Hva er disse?	UTFORSKER
livsplan for å koble sammen selvbilde med omgivelser; gir et «MANUS»	nåværende favorittbok eller meg hva den handler om.	FORFATTER
tilbyr en LØSNING	litt favorittuttrykk eller favor	RÅD
gir et PERSPEKTIV på nåværende utfordring	tidligste minner? Jeg er inter om noe du husker skjedde d eller så langt tilbake som du	HOVED-TEMA(ER)

(Savickas, 2011 oversatt av Norendal, Quagliata & Vassbotn, 2016)



(spesielt i arbeidslivsdeltakelse) til arbeidet med tematikken vår. Etterhvert, lager vi selvbiografiske fortellinger som forklarer kontinuiteten og koherens i våre arbeids-erfaringer og livet for øvrig (Forstørret bilde i vedlegg 1, bilde 5).

Mellom første og andre akt har vi bearbeidet småfortellingene ved å fange opp veisøkers uttrykk og ordbruk. I akt-to er vi som *medforfattere* der vi gjenforteller veisøkerens historie i sin helhet slik vi har hørt den.

Veisøkeren inviteres til en refleksjonsprosess der hun/han nå er tilhører til sin fortelling og samtidig redaktør som korrigerer og utdyper. Sammen rekonstruerer vi fortellingen til et livsportrett; en hovedfortelling (vedlegg 1, bilde 3 & 5, vedlegg 7 & 8).

Tredje akt er en proaktiv og refleksiv samtale som går ut på å samkonstruere eller designe hvordan selvet i karrierefortellingen skal fremføres videre i livets teater. Sammen skaper vi en målrettet handlingsplan for å veve karrierefortellingen



videre. Her drar vi nytte av karriereveiledningsparadigmer, matching og utvikling, for å finne svar på spørsmål som 'hvilke muligheter må utforskes' og 'hva slags informasjon og/eller læring trengs'? Akt-tre møter behovet som veisøker beskrev innledningsvis i akt-en; hvordan veileder kan være til nytte i prosessen med å utvikle veien videre (vedlegg 1, bilde 3&5, vedlegg 7 - 8).

Mens jeg oversatt boka prøvde jeg ut CCI i forskjellige former i løpet av våren. Først forsøkte jeg å bruke spørsmålet om rollemodeller i en gruppeveiledning med seks nylig bosatte flyktninger i norskopplæring. Alle i gruppen fant frem til bilder på internett som minnet de på sine tidlige rollemodeller og de beskrev disse for hverandre. Det var gøy å oppleve hvordan øvelsen fikk frem læring av

egenskapsord og samtidig en refleksjon for hvert enkelte over sine egenskaper.

Videre forsøkte jeg CCI i sin helhet med en venninne. Her måtte jeg skjerpe min oppmerksomhet for å fange opp hennes ord, og samtidig lytte etter hovedtemaer i små historier. Jeg fikk høre om de gode egenskaper som jeg kjenner igjen hos henne, og lærte om hennes kjerneinteresser, foretrukne arbeidsmiljø og livstematikk som hun jobbet med.

I slutten av juni brukte jeg inspirasjonen fra life-designing til å sette i gang en uke med aktivitet for cirka 100 flyktninger. De laget hver sin 'mulighetsplakat' som vi samlet til en utstilling. Plakatene ble en synliggjøring av deres egenskaper, kjerneinteresser og ønskede karriereveier i Norge. Det ble et samarbeid der vi fikk frem den enkeltes karrierefortellinger utstilt som fellesfortelling.

I august dro jeg på en workshop i USA, Career Construction Institute, som jeg ble tipset om av førsteamanuensis Roger Kjærgård og Erik Haug. I Colorado fikk jeg oppleve selve Mark Savickas fullføre akt-en og akt-to med en workshopdeltaker. Jeg husker at han vil vise oss hvordan fortellinger gir en opplevelse av *forklaring*. Han brukte 'The king died and then the queen died'. Deretter eksemplifiserte han at en forklaring må til for at setningen kan oppleves som en fortelling. 'The king died and then the queen died *of grief*'. Ett år senere finner jeg dette eksakte eksempelet i Gergens bok (2015, s.40) om SC. Vi fikk anledning til videre læring om life-designing fra kvalifiserte fagpersoner, og jeg ble intervjuet med CCI av en amerikansk karriereveileder. Denne turen ga meg en dypere forståelse om hva som skjer i et CCI og min terskel for å veilede med life-designing ble lavere. Jeg trengte trening for å bli trygg og vil fortsette å lære, men det var ingenting i veien for å sette i gang.

Påfølgende høst holdte jeg en workshop for veiledernettsverket Innlandet hvor jeg delte noe av det jeg hadde lært om karriere-

veiledning i USA samt det jeg har lært på masterstudiet og i jobb. I februar holdte Kirsten Marie og jeg en felles workshop om life-designing. Som metafor for å synliggjøre CCI og livsportrettet, lagde jeg et legotårn til hver workshopsdeltaker. Tårnet besto av en hvit kloss på toppen av fem fargede klosser og en gulltråd som ble vevd imellom. Den hvite klossen symboliserte innledningsspørsmålet om hvordan vi kan være til nytte i veisøkers konstruksjonsprosess.

---

*Tiedeman (1964, p.21) wisely asserted that the goal of guidance is to "get students to think in terms of purpose." – Savickas (2008, s, 222)*

---

Deretter kom fem fargede klosser som representerte CCI-spørsmålene. Gulltråden symboliserte livstematikken. Vi finner den når vi lytter oppmerksomt til små-historiene og samarbeider om livsportrettet.



I april holdte jeg enda en workshop og ønsket litt innspill:

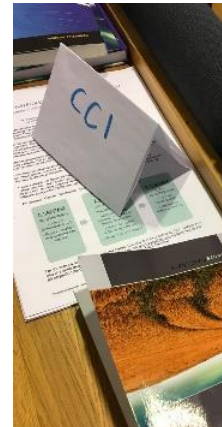
*"Hi Dr. Savickas, Tuesday I am invited to lead my very first seminar day at the Inland Norway University of Applied Sciences in Lillehammer. If you could send greetings from Ohio, what would you most like for them to know about CCI and CCT?"*



*"What is most important to me: Know your own golden thread and it will pull you through difficult situations. And it will make you strong enough to help others. - mark»*

Dette rådet kom også senere til nytte for studenter i karriereveiledning på OsloMet storbyuniversitet på Kjeller. Da organiserte jeg en vandring i 'karriereveiledningslandskapet' med utforskingsposter med bøker og eksempler på metoder og verktøy. Jeg laget en post for life-designing som studentene kunne dvele ved.

Vandringen ble senere videreutviklet for studenter ved USN Drammen. Da introduserte jeg vandringen med å dele ut



et sangark der jeg organiserte karriereteorier og forfattere etter vers i Alexander Rybaks nye Eurovision låt, «That's How You Write a Song». Så gjorde jeg om utforskingsposter etter grupperinger 'matching og informasjon', 'læring og utvikling' og 'mening, kall og narrativer' for å synliggjøre hvor life-designing hører hjemme.

### 3 Metoden: autoetnografi

Etter praten med Kirsten-Marie leste jeg Valgreens artikkel og skaffet «Handbook of Life Design». Peter Plant tipset meg også om å lese Valgreens ph.d.-avhandling (2013), noe jeg gjorde. Den viser forskningsstrategier som jeg hadde tenkt å ta i bruk: en kvalitativ studie betegnet som fenomenologisk–hermeneutisk og skrevet i førsteperson. Valgreen brukte forskningsmetoden Grounded Theory (GT) for å strukturere sin data; kodifisere og kategorisere den, se hva som kom til syne og analysere funn. Jeg var godt på vei med et GT-prosjekt med flere ferdig-dokumenterte life-designing prosesser. I påfølgende uke presenterte jeg min GT-plan for medstudenter.

Professor Willy Aagre rådet meg til å sette i gang med skrijving, og mente at jeg hadde samlet inn nok empiri og trengte nok *ikke* å lese mer. Men, noen ganger stemmer ikke velmente råd med terrenget. Det var fortsatt noe uklart. Hvis Life Design skal forstås som et paradigme, hvilke andre tanker og fagpersoner enn Savickas er med og hvilke metoder for veiledning skriver disse om? Jeg burde kunne mer, tenkte jeg.

Håndbokens kapittel 18, «A Reflexive Research Approach to Professional Competencies for Life Design» (2015), presenterer AE og refererer spesielt til Carolyn Ellis og Arthur Bochner (2000) som gir en utdypende beskrivelse.

#### 3.1 AE, hvor kommer du fra?

Autoetnografi er en kvalitativ forskningsmetode som kan spores til reformistiske bevegelser i academia på 1960, 70- og 80-tallet. Da oppsto en representasjonskrise (*the crisis of representation*) som handlet om en epistemologisk tvil på det rådende perspektivet på vitenskap; empirismen (C. Ellis & Bochner, 2000). I den samme ånden var det

også en tillitskrise (*the crisis of confidence*) inspirert av postmodernismen. Det var en uro blant humanorias akademikere i forbindelse med de ontologiske (troen om virkelighet), epistemologiske (hvordan kunnskap skapes), og aksiologiske (hva verdsettes som kunnskap) begrensninger med den rådende tenkning (C. B. Ellis, A., 2011; P. Mcilveen, Midgley, W., 2015). Mange hadde innvendinger til akademisk arbeid. «Hvorvidt kan forskning by på generaliserbare abstraksjoner? Hvordan er forskningen påvirket av forskeren, dens kontekst og diskursene som rår? Kan forskningsresultater representere en objektiv og nøytral oppsummering av «fakta» som «evidens»? Skal vitenskap alltid betraktes som enhetlig, kumulativ og lineær? Er en tekst kun vitenskapelig dersom den er skrevet upersonlig og nærmest anonymt?

Flere filosofer kom frem til at empirisismens byggesteinsmodell om vitenskap manglet grunnlag (Kuhn, 1962 i C. Ellis & Bochner, 2000). De argumenterte for at fakta, sannheter og forskningsfunn var uløselig sammenvevd med *språket* som brukes til å representere disse (Kunn 1996, Rorty 1982 & Toulmin 1969 i C. Ellis & Bochner, 2000; 2011). De endret måten sammen-koblingen mellom forfatter, tekst og lesere forstås på (Barthes 1977, Derrida 1978, 1981, Foucault 1970 i C. Ellis & Bochner, 2000). De inspirerte til en utvidelse av leserens fortolkningsrom ved å invitere inn flere perspektiver og stemmer, samt lokal og uoffisiell kunnskap. (Baktin 1981 i C. Ellis & Bochner, 2000) Sosialkonstruksjonismen og filosofisk hermeneutikk reiste seg som aktuelle vitenskapsfilosofier. Narrative fortellinger kom til å forstås som komplekse og skapende fenomener. De lærer bort etikk og moral, introduserer unike måter å føle og tenke på, og hjelper folk med å finne mening for seg selv og forstå seg på andre (Adam 2008, Bochner 2001, 2002 og Fisher 1984 i C. B. Ellis, A., 2011). Her ble menneskelig kommunikasjon

modellen for hvordan den empiriske verden kan forstås.

*Det [Sokrates] i hovudsak dreiv med, var å diskutera med andre; han let seg engasjera i deira problem. I sentrum for hans interesse låg dei etiske problema, spørsmålet om det gode og vakre og sanne si natur. Alle desse problema skulle løysast ved hjelp av fornufta. Han meinte at det var mogleg å få kunnskap om det gode, det var noko som kunne oppdagast. Manglande dyd hadde i fylgje honom sin grunn i manglande innsikt. – Hans Skjervheim (2002, s.27)*

Konstruksjonistiske dialoger utløste en dramatisk utvikling i metodologi og påvirker også praksis utenfor academia (Gergen 2001 i Young, 2004). I følge Gergen (2015) inviterer konstruksjonister til et fornyet fokus på kvalitativ forskning med perspektiver fra fenomenologi og hermeneutikk. Han nevner narrativforskning, herunder autoetnografi, som eksempel på hvordan førstehånds-fremstillinger og fortolkninger av personlige erfaringer kan formidles på måter som kan være en pragmatisk og nyttig vitenskapskilde.

### 3.2 AE, hva er du?

Autoetnografi er en refleksiv metode for forskning, skriving og fortelling, der forskningsprosessen (reisen) fremheves fremfor forskningsresultater (destinasjonen). AE gjør forskerens egne erfaringer til undersøkelsesemne, og selve forsknings-teksten er fortellingen om disse. Teksten er komplett (dog åpen) i seg selv, og er stort sett fri for akademisk sjargong og abstraherte teorier (C. Ellis & Bochner, 2000).

Metoden er en disiplinert vei for analyse av selvbiografiske data fra forskerens kontekst. Det vil si at forskeren er medlem i den etnografiske grupperingen som hun forsker på. Dette innebærer at forskeren krysser sine identitetsgrenser. Hun skriver om *profesjonstilstander* representativ for grupperingen hun tilhører, og disse er nødvendigvis i kryssing med hennes *personlige* tilstander (Andersen 2006 i Mcilveen, 2007).

AE er en skrive- og forsknings-sjanger som distanserer seg fra de tradisjonelle empiristiske forskningsmetoder med representative beskrivelser av fakta. Den visker bort en vitenskapelig illusjon av kontroll og beherskelse med generaliserbare funn. Den anonyme ekspert, som skriver positivistisk, objektiviserende og passiv i tredjeperson, byttes ut med den autentiske forfatteren; en storyteller som skriver vekselvis fra første- andre og tredjeperson, og viser bevegelsene i sine relasjonserfaringer over tid (C. B. Ellis, A., 2011). Deltakerobservasjon viker altså for en observasjon av forskerens egen deltakelse (C. Ellis & Bochner, 2000), der forskeren lokaliseres i selve forskningen som kilde til viten og forståelse (Noble, 2012). Forskeren jobber med en *kritisk refleksivitet* (P. Mcilveen, 2015). Hun analyserer sine personlige narrativer i relasjon til egen kontekst og valgt tematikk, og formidler sin måte å være, å vite og å handle på i praksis. Det selvbiografiske og personlige kobles til det kulturelle, sosiale og politiske. Dermed «kobler [hun] sammen, heller enn bortforklarer, det personlige med det kulturelle, og integrerer kommunikasjonens refleksive kvaliteter i forskning» (C. Ellis & Bochner, 2000).

I AE viker vanlige, kjente tradisjonelle skrivemåter for ett mangfold av litterære former (C. Ellis & Bochner, 2000; 2011). Hun bruker subjektivitet, emosjonalisme og egen påvirkningskraft med et nært og menneskelig språk.

*Det er språket som gjer at vi har ei sams verd; forstå vi ikkje språket til kvarandre lever vi i kvar vår verd, utan anna enn overflatisk kontakt. Eg skal difor ta som utgangspunkt for den vidare analysen dei måtane ein møter andre i språket. – Hans Skjervheim (2002, s, 20)*

Konkrete handlinger, emosjoner, selvbevissthet og introspeksjon skildres; eksempelvis i dialog, scener, karakterisering



og handlinger (C. B. Ellis, A., 2011). AE kan kombinere fiksjon med virkelighet, og kan ta utgangspunkt i både nåtidens og historiske data (C. Ellis & Bochner, 2000; Mcilveen, 2007). Forskeren forsøker dermed å forstyrre motsetnings-relasjonen mellom vitenskap og kunst. AE baserer seg på at forskning kan være både grundig, teoretisk og analytisk, og samtidig være emosjonell og terapeutisk, samt inkludere personlige- og sosiale fenomener. Metoden er mer opptatt av hvordan det er å leve enn hvordan det er å vite, og har som formål å oppfordre til medfølelse og fremme dialog (C. B. Ellis, A., 2011).

### 3.3 AE, hvordan bruker jeg deg?

Etter å ha lest mye om AE får jeg en god samtale med dosent emeritus Lars Gunnar Lingås.

*«Men jeg tenker på, hun danske som holdte en forelesning ganske tidlig i studiet.»*

*«Ja, Valgreen het hun, for Peter Plant sa til meg, 'Amy, du bør lese doktoravhandlingen til Valgreen,' og det har jeg gjort.»*

*«Og det fikk du ikke noe ut av?»*

*«Jo, jeg fikk mye ut av det, fordi hun brukte Grounded Theory. Jeg fikk sett hvordan hun jobbet med det, og hennes doktoravhandling handlet om narrativveiledning i grupper og karriereveiledningspraksis. Men hun brukte ikke den relasjonsvesen-tankegangen til Gergen og jeg savnet faktisk det. Hun hadde et annet perspektiv på ting. Jeg vurderer mellom AE og GT, men det er noe med GT som hekker meg inn i den positivistiske verden av at det går an å forske frem til noe svar med to streker under. Og jeg tenker - er det det vi trenger?»*

*«Nei, vi trenger en fortelling som virkelig setter spor i hva det er vi holder på med. Det er det du ønsker? Du ønsker å gi et bidrag inn i norsk karriereveiledning. Det har du.»*

*«Jeg anbefalte deg å se på Skjervheims artikkelsamling, 'Deltakar og tilskodar'. Jeg har vært veldig glad i det essayet som heter «Det instrumentalistiske mistaket».*

Autoetnografi er en måte å operasjonalisere sosialkonstruksjonismen. Metoden fremmer en relasjon mellom meg som forsker og deg som leser, subjektene «oss», og forsøker å åpne for gjensidig ny forståelse og endret praksis. Du inviteres inn som en aktiv medskaper heller enn en passiv mottaker av kunnskap (C. Ellis & Bochner, 2000). Teksten skal aktivere subjektivitet og en følelsesmessig respons hos deg, samt fremme toleranse og ydmykhet. Du inviteres inn i lokale fortellinger og erfaringer, noe som kan både opplyse og transformere deg. Teksten skal hjelpe deg til å kommunisere med andre om tematikken. Den skal være brukbar og nyttig, og gi måter for å forbedre livet til deltakerne, leserne og forskeren (C. Ellis & Bochner, 2000). Teksten skal brukes, gjenfortelles, og gi læring for videre dialog heller enn å analyseres, avgjøre og konkludere.

Som autoetnografisk forsker er jeg både observatør av og deltaker i egen praksis. Det er jeg som er selve forskningssubjektet og -objektet; altså fenomenet som observeres. Jeg er i tillegg en storyteller som samtidig er karakter i egne fortellinger. Jeg skriver genuint, tankevekkende og stemningsfullt for å få frem det meningsbærende i mine erfaringer. Jeg forsøker å holde fortiden min levende i nåtiden, som en del av streben etter å komme fremover. På denne måten formidler og belyser jeg de prosessene der jeg skaper mening og viten som praktiker i min faglige kontekst (Mcilveen, 2007; Noble, 2012). Jeg strekker meg selv inn i teori og teori inn i meg selv. Forskningen sammenkobler altså meg med teori og praksis (P. Mcilveen, 2015), og bidrar til å lukke gapet mellom disse (Mcilveen, 2008).

I forskning og samtidig i livet jobber jeg dermed med *biographicity*. Det vil si at jeg driver med en kontinuerlig omtolkning av livet i mine nåværende sosiale kontekster, der hvor



jeg skaper nye erfaringer og lenker disse til det jeg allerede har lært (Alheit 1995 i M. L. Savickas, 2015a). Jeg skriver om relevante yrkesmessige, akademiske og personlige aspekter i mitt liv, og med en selvbevissthet, utforsker jeg samhandlingen mellom mitt introspektive selv og min kontekst (Noble, 2012). Mine beskrivelser forekommer gjennom språk, historie og en etnografisk forklaring (C. Ellis & Bochner, 2000). Jeg bruker flere lag med bevissthet. Først ser jeg bredt og utover med fokus på sosiale og kulturelle aspekter av mine erfaringer. Deretter ser jeg smalt og innover, og blottlegge meg selv, slik at jeg blir bevisst mine kulturelle fortolkninger. Mens jeg fokuserer fremover og bakover, innover og utover vil forskjellene mellom det personlige og det kulturelle bli uklare (C. Ellis & Bochner, 2000, s. 739). Jeg er som en *bricoleur* i relasjon til min karriere- og livsfortelling. Jeg bygger videre på *min bricolasje* (mitt livs-kunstverk), med det jeg har tilgjengelig av materialer, og skaper et mønster av meningsbærende livstemaer på *min livssti*. Min oppsamling av kurante hverdagserfaringer og fortellinger om overlevelse, og gamle erfaringer som er overførbare, er som byggesteinene jeg bruker for å konstruere fortellingen min (Savickas



*I work with what I have. I make my way with what I have. - Lupita Nyong'o, The View.*

2000c i M. L. Savickas, 2002, s.193; 2015a). Jeg omorganiserer mine fortidsfortellinger i møte med nåværende behov (Wittgenstein 1953 i M. L. Savickas, 2015a).

Reflektert over egen fortelling, jobber jeg *refleksivt og proaktivt* med å kontinuerlig videreutvikle den. Jeg integrerer min fortid med nye psykososiale situasjoner for å skape sammenheng i *identitetsnarrativet* mitt. (Nota & Rossier, 2015, s. 288; M. L. Savickas, 2012, s. 16; 2015a, s.138). Identitetsnarrativet mitt blir eksplisitt. Jeg blir selvbevisst og klar over potensialer jeg kan dra nytte av mens jeg bygger arbeidsallianser av høy kvalitet, som *med-bricoleur* med andre i veiledningsarbeidsalliansen (Nota & Rossier 2015, s. 286).

- 23 -

### 3.4 AE, hvordan vurderes du?

*«Altså hvis du velger en autoetnografisk tilnærming, som du har en sterk overveieelse å gjøre, så har det noen veldige fordeler. Og de fordeler handler først og fremst om at du har en førstehåndstilgang til den verden du skal forske på. Du har selvopplevd det, du er deltaker i det, du har alle data ligger potensielt i ditt møte med deg selv, så å si. Det er fordeler.»*

Hensikten med AE er å tilby en kilde til forståelse ved å produsere en innsiders dybderedegjørelse som kan resonere hos deg som leser. Metoden skal formidle meningsfullt om noe som betyr noe og kan gjøre en forskjell. Den er fundert i etikk tuftet på omsorg og interesse, og inkluderer sensoriske og følelsesmessige erfaringer (C. Ellis & Bochner, 2000, s.742). Den krever at jeg legger meg ut på en personlig oppdagelsesreise, og samtidig inviterer leseren inn i et undringsfellesskap.

*«Og det har forskningsmessig interesse fordi det, under gitte metodiske premisser, gir ny erkjennelse, eller ny forståelse av erkjennelse, som er et forskningskriterium.»*

Kvalitetsindikatorer, med begrep som generaliserbarhet, validitet, reliabilitet og troverdighet, har derfor en annen betydning og bruk i AE sammenlignet med andre forskningsmetoder (C. B. Ellis, A., 2011).

Synet på **generaliserbarhet** i forskning flyttes fra å handle om å gjelde respondentene til å angå deg som leser. Teksten er kun generaliserbar i den forstand at den resonerer med ditt liv. Jeg som forfatter setter deg i stand til å gå inn i min subjektive verden og se den fra mitt perspektiv. Teksten min klarer å tale til deg om dine erfaringer, eller om livserfaringer til de du kjenner (C. Ellis & Bochner, 2000; 2011; P. McIlveen, 2015).

*«Jeg erkjenner at du som leser, har det kanskje sånn som meg fordi du også er veileder der ute i ditt felt, møter lignende utfordringer, og må ta en runde med deg selv i forhold til, 'hvordan farger jeg veiledningssettingen'. Hva er jeg med på å skape sammen med den andre? Hvis man ser på Gergens relasjonsvinger, hva etterlater jeg hos den andre?»*

**Validiteten** blir dermed vurdert ut fra den grad arbeidet inspirerer og fremprovoserer deg til å utvide dine horisonter, delta i nye erfaringsverdener, og ta del i dialog om de sosiale og moralske implikasjoner av de perspektivene du møter i teksten (C. Ellis & Bochner, 2000). Du som leser validerer arbeidet ved å engasjere deg i og å sammenligne teksten med ditt eget liv og erfaringer. Du tenker over hvordan og hvorfor disse er like eller forskjellige, og du får en forståelse av det som er ukjent for deg i teksten (C. B. Ellis, A., 2011). Arbeidet viser

validitet når det gir respons hos deg og andre, når det brukes og er forstått, og når det holder liv i tematikken. Hvor nyttige er fortellingene? Endrer de oss og verden vi bor i til det beste (C. Ellis & Bochner, 2000; C. B. Ellis, A., 2011)?

*«Og den forskningstilnærmingen er først og fremst næret av at du har ærlighet og autentisitet i din fortelling. Så lenge du oppfyller ærlighetskriteriet så vil da den forskningen ha interesse for andre som leser det du skriver og forteller.»*

Tekstens **reliabilitet** vurderes i forhold til om den oppleves som autentisk. Den er en ærlig formidling som viser en kompleksitet, et mangfold og en usikkerhet; altså en eksistensiell streben etter forståelse i en usikker verden. Reliabiliteten avhenger også av om jeg som forsker viser ydmykhet for mine begrensninger, forvirring, blandede følelser og ambivalens, og du som leser opplever en emosjonell pålitelighet. Du får en anelse av at jeg gjennomgår en følelsesmessig åpenbaring mot en slags kommunisert sannhet og en transformasjon fra mitt gamle selv til mitt nye.

Min fortelling får deg til å forstå og kjenne på de erfaringene den forsøker å formidle; altså en *empatisk resonans* (C. Ellis & Bochner, 2000).

Tekstens **troverdighet** handler om at jeg gjengir en korrekt beskrivelse av det jeg husker som faktisk skjedde, altså ikke om jeg gjengir en korrekt beskrivelse av 'fakta'. Det handler om at jeg klarer å *re-presentere* betydningen av fortellinger på en måte som du opplever som realistisk, sannsynlig, trolig, mulig og sann (C. B. Ellis, A., 2011). Definisjonen av sannhet i en AE kan også endre seg alt etter hvordan skrivesjangeren endrer seg.

Peter McIlveen (2008) viser til Morrrows (2005) rammeverk for kvalitet og troverdighet i

forbindelse med AE. Det innebærer følgende: Arbeidet skal (1) være en trofast og omfattende gjengivelse av forfatterens erfaring, (2) transformere forfatteren gjennom en selvforklaring og (3) informere leseren om en erfaring som han eller hun enten ikke har eller har et forhold til, men ikke har hatt mulighet til å dele videre med akademiske- eller praksiskollegaer.

Autoetnografi har også krav til relasjonsetikk (*relational ethics*) (Ellis 2007 i C. B. Ellis, A., 2011). Da forskningsarbeidet omhandler mitt eget liv og praksis, er det naturlig at mitt sosiale nettverk er påvirkende på, implisert i, og påvirket av arbeidet. Individet omtalt i forskningen må dermed involveres i gjennomlesning og kan gi respons til teksten. Relasjonsetikk sikres også via en etisk kvalitetsstempling via personvernombudet for forskning ved Norsk senter for forskningsdata. Dette er særlig viktig med tanke på at jeg fortsetter i mitt sosiale miljø etter forskningsprosjektet er avsluttet. Dersom jeg møter autoetnografiens kvalitetskrav, vil min analyse både tolkes og realiseres som kunnskap om praksis, med respekt for at jeg plasserer meg selv i teori.

### 3.5 AE - et kritisk blikk.

I følge Ellis (2011) bruker kritikerne ofte forskningskriterium ment for etnografier, eller skrivestandarder for autobiografier, i vurdering av en AE. Den blir gjerne kritisert for enten å være for kunstnerisk, for vitenskapelig, eller det motsatte. Med et etnografiskblikk blir AE kritisert for å ikke være omfattende, teoretisk og analytisk nok, og for å være for emosjonell og terapeutisk.

Dersom arbeidet ikke gir en opplevelse av autentisitet og et reflekterende blikk på ens praksis, kan det fort bli kritisert for å være en selvopptatt, navlebeskuende, nærmest narsissistisk gjengivelse, som ligner reality-TV eller talk-show; de møter ikke sine akademiske

forpliktelser til hypotesering, analyse og teoretisering (C. B. Ellis, A., 2011).

*«Og så er det da, det som er bakside av denne tilnærming, det er jo at mange tradisjonelle forskere vil si, 'dette er bare synsing. Dette er bare subjektive greier. Alle kan jo fortelle sin egen historie om verden. Er dette ekte forskning, da?'. Jo, det er det fordi du skal oppfylle noen metodiske krav til fortellingen din.*

*Det alle viktigste synes jeg ligger i å også ha denne ærligheten og ektheten i din kritiske gjennomgang av hva det er å bruke denne metoden. Altså, «Jeg vet at når jeg fortelle denne fortellingen, så vet jeg at jeg er farget av og påvirket av, colored by, og bevisst det som forstyrrer fortellingen min, på godt og vondt.»*

Avhandlingens forskningsbidrag er naturligvis begrenset av at det er gjort om forskeren av samme forsker.

*«Det virker som at mye av litteraturen om Life Design, er skrevet av personer med bakgrunn i psykologi eller for de som jobber med karriereveiledning som inngang til klientsamtaler.»*

I informasjon om sitt ph.d-prosjekt skriver Kirsten Marie, «den norske tradisjonen for karriereveiledning virker å være mer utdanningsvitenskaplig basert enn psykologisk basert. De som har hørt om LDC kan være interessert, men også ha spørsmål og noe skepsis.»

*«Nettopp».*

*«Og dette er en helt annen verden enn den jeg har her i Norge. Samtidig, med tanke på sosialkonstruksjon, kunnskapsutvikling, kryssning mellom fagfelt, og at karriereveiledning er i en sånn naturlige kryss sone. Det er kryss mellom pedagogikk, psykologi, sosiologi, sosialt arbeid, og antropologi. Det er nesten naturlig at vi låner*

*litt. Men de som faktisk jobber med det som jeg referer til, virker å være utdannet innen psykologi. Så hvilken rett har jeg til å skrive en AE om veiledningsvirksomhet inspirert av teorier som psykologer utvikler i utlandet, når jeg ikke selv er psykolog?»*

*«So what. Jeg tenker at jeg har en dobbelfølelse i forhold til veiledning og terapi. Man bør ikke pasient-gjøre sine veisøkere. Men, så tenker jeg at man bør heller ikke pasient-gjøre sine pasienter i terapi. Jeg har studert mye anti-psykiatri som er imot å sykeliggjøre psykologiske prosesser, for det føre ikke til noe annet enn en objektgjøring og stakkarsliggjøring av folk. Så på den måten så er det grunnlag for å si at karriereveiledning kan hente mye fra progressiv god terapi. Helt klart. God karriereveiledning fungerer terapeutisk! Så på den måten så er det å ha et åpent forhold til at fag kan befrukte hverandre og krysse grenser. Det tror jeg du skal være trygg på. Det er ikke noe galt i å bruke psykologiske referanser.»*

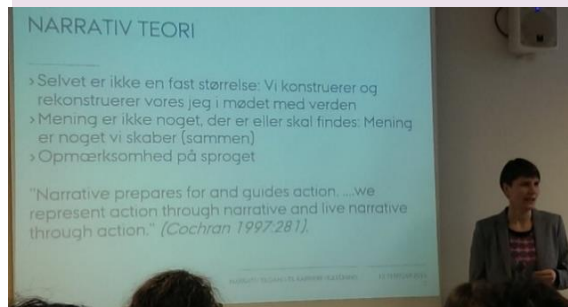
### 3.6 AE, hvorfor velger jeg deg?

I European Research Agenda for Career Guidance and Counselling står det at karriereveiledernes profesjonalisering og kompetanser er et prioritert område for videre forskning (Weber, 2018); en prioritering som også finnes i NOU 2016:7.

Life Design International Research Group (M. L. Savickas et al., 2009) uttaler seg om nødvendig kompetanse for Life Design veiledere. Som LDC-veileder bør jeg ha en tydelig identitet og ha evne til å tilpasse meg, og etter opplæring bør jeg kunne vise meg som en proaktiv og selvstendig tenkende profesjonsutøver. Jeg vil være et levende eksempel ved å jobbe med egen livs- og karrierefortelling og setter mine identiteter ut i livet (P. McIlveen, 2015; M. L. Savickas et al., 2009, s. 247).

Disse krav kan oppfattes som alminnelige for veiledningspraksis, men LDC krever et annet nivå med kritisk analyse av veiledningsutøveren, som innebærer etikken knyttet til kritisk refleksivitet (*ethic of critical reflexivity*). McIlveen nevner tilhørende filosofiske prinsipper for denne etikken som innebærer at jeg også godtar kritiske forskningsmetoder som kan og bør påvirke meg; en analyse om meg selv, av meg selv og under tilsyn av andre. AE foreslås som en slik forskningsmetode.

*«Altså, jeg tenker det er en problemstilling [Valgreen] utvikler, og som jeg har sett andre som har jobbet med narrativ, og narrativveiledning, har vært veldig opptatt av; selve fortellingens betydning for relasjoner og identitet. Altså måten jeg forteller om meg sier veldig mye om mine relasjoner, og sier mye om hvordan jeg relaterer meg til meg selv. Apropos det du først sa [relasjonsvesener].»*



*«Og hvis selvet utgjøres av relasjonene.»*

LDC defineres som et sosialkonstruert møte der kunnskap genereres mellom to lærende parter (Bassot 2012 om Vygotsky i McIlveen 2015). Jeg som veileder er iboende og nært involvert i den narrative prosessen, også som en kilde til forståelse og kunnskap. Jeg kaster meg inn i et annet menneskes livsfortelling, og samtidig blir jeg kastet inn i min egen livs- og karrierefortelling. Denne intersubjektive relasjonen har en iboende effekt på veiledningen der vi jobber med å designe veisøkers liv gjennom samkonstruksjon (McIlveen 2008). Vi er samtalepartnere som sammen produserer både selvbiografi og biografi. Veisøker er som en selvbiografisk



forfatter og veileder er som en biografisk medforfatter; redaktør og medredaktør, forteller og medforteller, kritiker og medkritiker (McIlveen 2015). De grensene og forventningene opprinnelig skapt av tradisjonelle ekspertmodeller på veiledningsmøter, der man 'roper til hverandre' på objektivt vis over et metaforisk 'no-man's-land', legges bort. Life Design veilederen har ikke en beskyttet og objektiv rolle hun trekker seg tilbake i, men aksepterer en uunngåelig og gjensidig involvering i hverandres liv (McIlveen 2015).

Dette innebærer at jeg tar et etisk ansvar for min egen refleksivitet. Jeg gir rom for refleksjon over min praksis slik at jeg sikrer at både mine og veisøkers fortellinger er trygge. Kritisk refleksivitet stopper ikke opp ved den «profesjonelle meg» men, grunnet maktdynamikken som er iboende i arbeidet med å designe liv, omhandler hele meg som person. En slik etikk ligger implisitt i en SC forståelse av veiledning. Etikken innebærer å dekonstruere veiledningspraksis og teori som tas for gitt, tenke annerledes, og kontinuerlig finne alternative måter å forstå og fungere som en Life Design veileder på (McIlveen 2015).

*«Også, tror jeg du skal ta innover deg at her er det et samsvar mellom det du holder på i jobben din, det du tenker rundt teori, og det du tenker rundt forskning på disse casene du har tatt opp og transkribert, at det et samsvar i forhold til narrativitet, og i forhold til erkjennelse av relasjoners betydning. Det henger på greip. Det er en gjennomgående erkjennelsesvei.»*

Med autoetnografi, var det som om instrumentene i mitt orkester begynte å spille sammen i harmoni. Metoden omfavner SC med tanken om relasjonsvesener; som også er fundamentet for det såkalte Life Design-paradigme, Career Construction Theory (Savickas 2005) og life-designing med CCI

(Savickas 2011). I AE som forskningsmetode, og i life-designing som veiledningsmetode, er karriere- og livsfortellinger brukt som både data og metode.

Både forskeren og LDC-veilederen kan betegnes som en *narrativannalist* som objektiviserer fortellingen. Det skjer i forskning med analyse av kvalitative data fra forskerens egne narrativer, og via en narrativ skrivemetode. Det skjer i LDC, herunder life-designing med CCI, med en felles analyse av samtaledata til samkonstruksjon av livs- og karrierevei, og via en narrativ samtalem metode. Dette viser tydelig samsvar mellom Life Design og autoetnografi; i heuristikk med narrativ-analyse, samt i ontologi og epistemologi med sosialkonstruksjonisme (McIlveen, 2008; 2015). Som forsker-praktiker og som LDC-veileder finner jeg samsvar mellom forskningsmetoden og veiledningsmetoden.

*«Du gjør et dristig grep, men jeg tror du har rygg til å bære den dristigheten som det er å velge denne metodiske tilnærmingen.»*

*«Takk skal du ha, Lars Gunnar!»*

*«Det var veldig fint å bli kjent med arbeidet du har gjort.»*

## 4 Empiri: autoetno-

«Lars Gunnar, Skal en søyle være min fortelling frem til nå, i et eller annet begrenset omfang? Det er én ting, altså min fortelling som veileder med empirien som jeg har skaffet fra life-designing. Men min fortelling inntil denne prosessen?»

«Ja, den bør ikke bli alt for lang. For den kan avspore.»

«Men den setter scenen for, den andre?»

«Ja det gjør det, men jeg synes du skal være obs på i forhold til en masteroppgave, er at du forteller om din deltakelse i narrativ veiledning. Og det gjør du både empirisk og teoretisk. Du rammer det etnografisk inn med deg selv som fortelleren. Også har du noen metodiske overveielser på bruken av autoetnografisk tilnærming. Og det føler jeg meg veldig trygg på at du behersker, altså.»

### 4.1 Hvem er jeg?

Hva består min 'relasjonsvinge' av som en 42-årig karriereveileder? Hva er det jeg bringer til veiledningsrelasjonen?

Jennifer og jeg kom i samme workshopgruppe på Career Construction Institute. Til slutt var det vi to som skulle øve CCI med hverandre.

«Amy, kan du fortelle om dine tidligste minner? Jeg er interessert i å høre tre historier om noe du husker skjedde deg da du var mellom tre til seks år, eller så langt tilbake som du klarer å huske.»

«Det tidligste minne jeg har er som to-åring i Akron, Ohio der jeg er hjemme i kjellerstua for meg selv. Derfra krabber jeg opp seks trappetrinn og setter kurs mot kjøkkenet like til høyre fra den øverste trapp. Der inne klarer jeg å klatre oppe på kjøkkenbenken, åpne overskapet og få tak i flasken mi. Jeg føler meg litt 'på kanten' da jeg ikke vet helt om jeg får lov til å gjøre dette. Jeg er også kjempefornøyd med å ha klart å få tak i det jeg vil ha, uten hjelp fra noen andre.»

#### 4.1.1 Startstreken

Født i 1975 i Florida er jeg yngst i en søskenflokk på tre. Som barn betydde dette at jeg ofte observerte det de andre holdt på med, og gjerne var 'med' på alle andres gjøremål. Mor som er sykepleier var hjemmeværende frem til jeg begynte på skole. Far jobbet som regional salgssjef og var ofte borte på forretningsreiser. Broren som er eldst var pianist og søsteren og jeg var med på utallige pianoøvelser og konserter. Samtidig prøvde vi ut både musikk, dans, svømming, softball og speiding. Som familie utforsket vi USA på bilturer. I skoleferier kjørte vi stasjonsvogn fra Pennsylvania, der vi bodde, til besteforeldrene i Connecticut og Florida. Vår store biltur var til de kjente nasjonalparkene i de vestlige delstater. Jeg fikk mange mestringsopplevelser og sjansen til å lære og utforske det ukjente av både aktiviteter og miljøer.

Men som 10-åring snudde familielivet og dermed tilværelsen min. På en tid hvor skilsmisse var uvanlig, var familien vår preget av skilsmissekrangling og rettsaker som vedvarte resten av 80-tallet. Søsknene flyttet til far og jeg ble igjen hos mor. Jeg tok rollen som familiens mekler og forsøkte stadig å få til fred. Mors helse og økonomiske vansker var stadig tema. En gang var jeg vitne til at hun ble ydmyket i kassakøen da det var kringkastet over matbutikkens høytalere:

«Manager requested to check-out isle 6. Customer has food-stamps and claims that she can use them as payment.»

Naboer, foreldre og bekjente var vitner til at mor måtte forsvare matkuponger fra sosialkontoret. På samme tid etterutdannet hun seg og klarte å skaffe arbeid som var forenelig med sin helse. Jeg begynte å tjene egne penger i 12-års alder som barnevakt hos flere (harmoniske) familier, klippe naboens plen, vaske bil og stryke penskjorter og bukser til far. Jeg lærte meg tidlig å stå på egne bein. Livstematikken min fortsatte å utfolde seg, og

jeg ble opptatt av å føre konflikt og uro til forsoning og forståelse.

#### 4.1.2 Dannelsen

I denne vanskelige perioden ble jeg invitert av ei fra ungdomsskolen inn i et miljø som etter hvert ble hjørnesteinen for mine ungdomsår. Good Samaritan episkopalkirke hadde fabelaktige ungdomsledere som var eksempler for oss med sine gjerninger med kjærlighet for sin neste. De lærte oss om gleden i å leve livet i tjeneste til medmennesket. Sammen arrangerte vi morsomme samlinger for ungdommer, og hver sommer i fire år dro vi på biltur til Standing-Rock reservat i Nord-Dakota. Der holdt vi sommerleir for hundrevis av barn i samarbeid med lokalkirken. Vi ble kjent med Lakota-Sioux folk med felles måltider, samlinger og festivaler (pow-wow). Vi ble også kjent med historiens urett og samfunnsutfordringer som de sto opp i. Kirkemiljøet ga meg en dannelsesarena der jeg forente min nysgjerrighet for det ukjente med ønske om å lære om forsoning og å være til tjeneste for medmennesket.

Som 17-åring ble jeg inviterte av familien til min venninne på biltur for å besøke høgskoler. Valget mellom omtrent 2,500 utdanningsinstitusjoner i USA var dermed snevret inn til én høgskole kun 150 km hjemme ifra. Skolegangen innebar store utgifter som jeg selv måtte dekke blant annet gjennom sommerjobb og deltidsjobb.



I tenårene gikk Pappa og jeg ofte gåturer i den historiske nasjonalparken, Valley Forge. På en av disse ville han lære meg om å holde fokus ved å vende, på metaforisk vis, vår prat til turens endemål; et buet 18-meter høyt monument bygd til minne om George Washingtons seier. Til tross for pappas målfokusering var jeg mest opptatt av de opplevelsene og oppdagelsene utover endemålet. Jeg påpekte det vakre rundt oss;

dådyret, solnedgangen og vårbloster i engen. Men responsen lødd:

«Amy, the arches!!»

I studietiden var jeg neppe opptatt av et yrkesendemål med utdannelsen, selv om muligheten til å bli lærer, sykepleier, sosionom, terapeut, administrator eller forretningsleder var alle innenfor min rekkevidde. Jeg var nysgjerrig på samfunnet, forskjellige folkegrupper og levemåter og var ikke klar til å bli bundet av en profesjon. Det ble etter hvert klart for meg at utdannelsen ikke skulle snevre og definere meg, men utvide mine horisonter og forståelser om mennesker og samfunnet.

*“Dad, I have decided my major. I want to study Sociology.”*

*“Amy, you won’t find a job with an education ending in -ogy.”*

Pappas råd om mitt udugelige endemål ble til både provokasjon og motivasjon til å bevise det motsatte. Sosiologien åpnet omsider for tre utvekslingssemestre; muligheter som jeg oppdaget underveis, meldte meg på, finansierte og gjennomførte i alder av 20 - 21 år. Jeg tok sosiologifag ved Temple universitet i Philadelphia der studentmiljøet og samfunnet rundt var like mangfoldig som de faglige tilbud innen sosiologien. Storbyens sentrumsmiljø var så ulikt det jeg var kjent med at det var som om jeg flyttet til i et annet land, kun 35 km unna mitt oppvekstmiljø. Når semesteret med fordypning i samfunnskompleksitet var omme, fortsatte jeg neste semester med ny utveksling, og denne gangen utforsking med en verdensomreise. *Semester-at-Sea* var et bachelorprogram på skoleskip drevet av Universitet i Pittsburgh. Vi var 500 studenter fra skoler over hele USA som seilte til ti land fra Bahamas, til Sør-Amerika, Afrika, India, Vietnam, Filippinene, Hong Kong og Japan. Jeg kjente ingen andre påmeldte og turen ble til 100 dager med kontinuerlig å bli kjent med det ukjente. Vi hadde undervisning i fire emner ombord som hver for seg hadde

faglig fokus i forhold til det landet vi besøkte. Hele turen ble et flettverk av nye erfaringer, oppdagelser og læring om mennesker og samfunn. Dette gjorde enormt inntrykk på meg; noe jeg i dag fortsatt ikke helt klarer å begripe. Gang på gang ble mine forståelser og perspektiver utvidet og utfordret. Gang på gang møtte jeg på gjestfrie lokale folk som ga meg en varm forståelse av verdenssamfunnet og fellesskapet i å være menneske. Etter turen ble denne virkelighetsutvidelsen vanskelig å fortelle om til bekjente som ikke kunne relatere. Tross denne opplevelsen, ville jeg bruke siste semesteret av sosiologistudiet til å lære om Midtøsten; et sted med mye konflikt som jeg ikke forsto. *Middle East Studies Program* var et semester i Kairo sammen med 15 studenter, ukjente for hverandre, fra forskjellige høyskoler i USA. Sammen lærte vi grunnleggende arabisk, historie, litteratur, politikk og religion. Vi bodde sammen med andre studenter fra land i Midtøsten og reiste på studie-biltur til Jordan, Israel og Palestina. Livstematikken min om å forene min nysgjerrighet og glede for å lære om det ukjente med mitt behov for å lære om forsoning og å være til tjeneste for medmennesket tok jo helt av. Innen bachelorgraden var ferdig hadde jeg besøkt 15 land og fikk et totalt forandret verdenssyn. Ingen kunne ha forutsett dette da jeg begynte studier like før min 18-års dag.

#### 4.1.3 Introduksjonen til Norge

Midt opp i denne svimlende tiden ble jeg invitert til Norge av Marius, min ungdomsbrevvenn som var Rotary-utvekslingsstudent i USA. Vi dro på sykkelstur fra Trondheim til Bergen og forelsket oss underveis. Sommeren etter fridde Marius på Besseggen. Vi giftet oss i januar 1998 og siden har vi bevart kjærligheten og bodd i Norge. Ungene våre er nå 13 og 14 år og er midt opp i egne ungdomseventyr og prosesser med selvdannelse og identitetsetablering.

Overnevnt livstematikk var grunnlaget for mitt voksenliv som nygift 22-åring i Trondheim. Vi var studenter; Marius med elkraftstudier og jeg med norskopplæring. Sammen oppdaget vi jazzmusikkens og 40-tallets svingdans (Lindy Hop) i studentmiljøet. Her fant vi flyt- og kommunikasjonsharmonier i dansen og lærte på improvisatorisk vis å være tilkoblet og finne hverandres rytme. Dansens samhandling ga meg en viktig læring for videre karriere som veileder, noe jeg senere ville oppdage. På denne tiden jobbet jeg frivillig på et asylmottak med å lære bort mine nye språkkunnskaper til mennesker som ikke hadde opplæringsrett. Dette førte til en kortvarig sommerjobb som aktivtør for barn på et asylmottak like før vi flyttet til Drammen. Der hadde vi sommerjobber; Marius som studentingeniør og jeg som assistent ved et sykehjem. De eldre ga meg uvurderlig hjelp med å slippe norskuttalelsen min og forstå preposisjonsplasseringer. Tilbake i Trondheim fortsatte jeg med frivilligarbeid i tillegg til jobb som renholder og barnehageassistent. Barna ga ærlige og ufiltrede tilbakemeldinger på mine språkfeil; uvurderlig for norskopplæring på NTNU som jeg fullførte parallelt.

Til vinteren flyttet vi til Oslo der vi fikk en vaktmesterstilling med tjenestebolig. Vi vasket, holdt orden og passe spesielt på de eldre beboerne. Marius pendlet til Drammen og jeg syklet til Blindern for å studere statsvitenskap som privatist på UiO. Vi ble kjent med Oslos Lindy-hop dansemiljø og ble omsider instruktører. Vi deltok i et fellesskap for unge ektepar via kirken, der jeg ble en frivillig koordinator. Statsvitenskapstudier kombinerte jeg med jobb for utlendingsavdeling i Justis- og politidepartement der jeg var innleid som sekretær. Det førte til et kort oppdrag i utlendingsekspedisjonen hos Oslo Politi. Venner tipset hverandre og jeg fikk min første faste stilling for et konsulentselskap





som rekrutteringskoordinator. Der hadde jeg ansvaret for å organisere utvelgelsesprosessen, intervjuer og oppstart for nyansatte ved de fire skandinaviske kontorer. Jeg ga alt og jobbet som oftest utover kvelden. Det var derfor vondt å miste jobben da det ble opphold i rekruttering grunnet en nedtur i globaløkonomien. Innen få uker var jeg igjen i jobb, nå mer bevisst på at jeg vil yte tjenester til folk som trenger min kompetanse, heller enn til meget ressurssterke mennesker som trenger kun administrasjonsbistand.

---

*“Work gives you meaning and purpose, and life is empty without it”*  
– Stephen Hawking

---

UDI annonserte behov for asylintervjuere og i denne jobben fikk jeg trening i å lytte, observere og dokumentere menneskers livs- og flukthistorier i samarbeid med statsautoriserte tolker. Her forsto jeg at jeg vil jobbe med å bidra til at mennesker lykkes i overgangen til nye kontekster. Dette er bakgrunnshistorien til det som skulle bli en videre yrkeskarriere som veileder.

#### 4.1.4 Veilederkarrieren

UDI-jobben åpnet opp for en veilederstilling i Drammen kommune som kontaktperson for flyktninger i introduksjonsprogrammet. Som 26-åring kom jeg inn i et flerkulturelt arbeidsmiljø med omtrent 50 kollegaer. Med flerkulturelt mener jeg at vi kom fra forskjellige utdannings- og yrkeskulturer (samfunns-, sosial- og pedagogiskfaglige), generasjonskulturer (fra 20-årene til snart pensjonister) og regionale kulturer (en sammenblanding fra både innad i Norge og internasjonalt). Her fikk jeg grunnleggende trening som veileder for personer i prosessen med etablering, kvalifisering og med å skaffe arbeid. Dette handlet om alt fra å ta imot nye Drammensere på Gardermoen til å bistå i overgangen til jobb. Det ble en daglig oppgave å koble meg til ulike mennesker og finne en

kommunikasjonsrytme med den enkelte.

Marius og jeg fikk vårt første barn i denne tiden, og i løpet av foreldrepermisjonen var vårt andre barn på vei. Vi valgte å flytte til Horten ettersom vi hadde venner derifra som ønsket oss velkommen. Vi forsto etter hvert at pendling til Drammen var upraktisk med småbarn uten et nettverk i nærmiljøet som kunne bidra i hverdagen. Det gikk også opp for meg at arbeidsmuligheter i Horten kunne bli tøffere å skaffe. Vi flyttet til en attraktiv region for ingeniører som gjerne etablerer seg her med høyt utdannede sosialfaglige konkurrenter. Jeg måtte finne en måte å balansere familielivet med yrkeslivet og dermed tok jeg videreutdanning ved Høgskolen i Vestfold innen veiledning og coaching under fødselspermisjonen. Dette gjorde at jeg kom i posisjon til jobb som veileder i Hortens inkluderingsbedrift; en arbeidsplass som jeg hadde hørt mye positivt om. JobbIntro AS ble min nye arena for karriereveiledning. Vi fikk stadig muligheter for kompetanseutvikling gjennom kontakt med samarbeidspartnere fra arbeidslivet, hjelpeapparatet og NAV. Vi hadde også jevnlig fagseminarer om arbeidsinkludering, og flere sertifiseringskurs i samtaleverktøy. Arbeidsmiljøet mitt og mine daglige oppgaver lignet en del på arbeidet i Drammen. Igjen kom jeg i et flerkulturelt miljø, men denne gangen med enda flere parametere. JobbIntros miljø besto av ulike jobbsøkere og tiltaksdeltakere, arbeidsrettet oppfølgingsveiledere og -kursledere, produksjonsledere, produksjonsmedarbeidere med behov for tilrettelegging, markeds- og kvalitetsrådgivere samt administrasjonen. Veiledningskollegaene kom fra yrker som politi, sykepleier, HR-rådgiver, lærer, markedsførere, gründer, sosionom, økonom, vernepleier, ernæringsfysiolog, fysioterapeut, statsviter, ergoterapeut, barnehagelærer, sosiolog og forsvarspedagog. Utover det samfunns-, sosial- og pedagogisk-faglige drev bedriften også med salgs- og produksjon av varer og tjenester.

*«Ja, Amy, jeg kan godt skrive en bekreftelse på at du har jobbet hos oss for opptak til masterstudiet. Men tenk deg godt om. Du blir litt prøvekanin som første kull i et nytt studietilbud og du går i oppløyd mark.»*

Jeg fikk støtte for å studere og ledelsen ga meg en arena for å dele ny lærdom. En gjennomgående tematikk i studiet var 'karriereveiledning i en tid hvor arbeidstakere møter økt endringstakt i arbeidslivet og må forholde seg til hyppigere karriereoverganger'. Dette pensumet ble plutselig veldig aktuelt: flere og flere av veiledningstjenestene på JobbIntro ble lagt ut på offentlig anbud. Konkurransen spisset seg til i Vestfold og bransjen gjennomgikk massive endringer. Vi ble mer og mer usikre på egne stillinger samtidig som vi trengte å lære opp vikarer for å kunne løse midlertidig økning i oppdrag. Det var paradoksalt for meg å veilede mennesker i karriereoverganger og samtidig ha stress og bekymring for egen jobbsituasjon. Ikke nok med endringer i arbeidslivet, men også min studenttilværelse er preget av endringstakten der lærestedet har byttet navn to ganger på fire år og har akkurat blitt universitet.

Opplevelsen av å måtte henge med i svingene i en usikker jobbsituasjon kombinert med min lærelyst og ønske om miljøskifte førte til at jeg søkte permisjon fra JobbIntro og skaffet en vikarstilling i vårt lokale NAV-kontor. I ny kontekst hadde jeg rolle som jobbveileder for introduksjonsprogramdeltakere med fokus på arbeidsrettet oppfølging, -opplæring og jobbsøk. Jeg var en ressursperson for integreringsavdelingen og samarbeidet med arbeidsgivere, kommunal voksenopplæring og NAV-markedsteam. Det var mange forventninger til resultater og arbeidet engasjerte meg voldsomt. Det var gøy å oppleve at andre lykkes og å se hvilke gode ringvirkninger dette har for lokalsamfunnet. Jeg kunne bruke mitt nettverk, kompetanse og ha faglig innvirkning på våre arbeidsmåter. Mange kom i jobb og arbeidsaktivitet, og noen fikk til og med lærekontrakter. Paradoksalt

nok, vedvarte mitt eget karrierestress: jeg kunne gå tilbake til min faste stilling eller si opp. Hvis jeg sa opp kunne jeg fortsette i midlertidig arbeid i NAV Horten, eller pendle to timer daglig og begynne i en midlertidig stilling som karriereveileder i Karriere Buskerud (KB) på Kongsberg. Vågale meg vil videre og valgte Kongsberg karrieresenter (KK) som kontekst for faglig videreutvikling og forskning med LDC. I denne overgangen avsluttet jeg oppfølging av cirka 50 flyktninger der omtrent 20 av disse innebar prosesser med arbeidsgivere. Jeg brukte en måned på å overføre oppfølgingen til nye jobbveiledere, og hadde kun en uke mellom jobbene for å omstille meg. Uken brukte jeg i forberedelse til eksamen i masteremne 'utdanningsvalg'.

## 4.2 Hva er min kontekst for LDC?

I følge C. Ellis og Bochner (2000) deler medlemmer i en etnografisk gruppering, altså konteksten for en autoetnografisk studie, gjenkjennbare kulturelle tilstander. Min kontekst for LDC tar utgangspunkt i de faglige grupperingene som jeg tilhører. I 4.1.1 introduserte jeg mine profesjonstilstander som en «student-karriereveileder-praktiker» som begynner å lære LDC. Nå vil jeg belyse mine profesjonstilstander som «karrieresenter-karriereveileder» som fordyper meg i LDC.

Karriere Buskerud (KB) er et partnerskap mellom fylkes-kommunen og NAV Buskerud og består av fire karrieresentre; Hallingdal, Ringerike, Drammen og Kongsberg. Min ansettelse er i NAV Kongsberg. Dette betyr at jeg har et spesielt ansvar for dialogen med NAV-kontorene i vår ansvarsregion: Numedal, Øvre Eiker, og Kongsberg. Det betyr også at jeg har flere kollegamiljøer å engasjere meg i. KB samler de offentlige karriereveilednings-aktører i fylket. I tillegg til karriereveiledere fra NAV og fylket har vi rådgivere fra oppfølgings-tjenesten (OT), og rådgivere som koordinerer

det faglige nettverket mellom skolerådgivere i ungdoms- og videregående skoler. Vi kan dra nytte av hverandres prosjekter, perspektiver, kompetanser og systemforståelser. KB har et omfattende forskningsprosjekt gjennom FARVE-programmet som involverer alle fire sentre. I tillegg er vi flere masterstudenter i karriereveiledning. Vi er to i Kongsberg som skriver masteravhandling. Konteksten min er dermed preget av et kompetanseutviklingsfokus som neppe skånes fra dagens økende endringshastighet. Buskerud er i full fart mot å bli en del av Viken fylkeskommune i 2020 med 1,2 millioner innbyggere. Våre fire karrieresentre vil trolig bli sett i sammenheng med karrieresentrene i Akershus og Østfold og det er uvisst hvordan ansettelsen min kan bli i en fremtidig NAV Vest-Viken.

Karriereveiledning hos oss er en frivillig, gratis og taushetsbelagt tjeneste til alle mellom 19 - 67 år som ønsker en profesjonell samtalepartner om sin karrierevei, -muligheter, -valg og overganger. Jeg har lyse, romslige og innbydende lokaler som gir et godt utgangspunkt for veiledningsrelasjonen. Vi er lett tilgjengelige i sentrum med kort vei til offentlig transport, diverse arbeidsplasser og samarbeidspartnere.

Min hovedbeskjeftigelse som karriereveileder er individuelle analoge veiledningssamtaler. Jeg behersker ulike metoder og verktøy, og har profesjonell autonomi i hvordan jeg organiserer karriereveiledningen, innenfor rammene satt av Kompetanse Norges etiske retningslinjer. I tillegg til individuelle samtaler holder jeg også karrierkurs og gruppeveiledning. Disse er i forbindelse med jobbsøkere i NAV, deltakere i Kongsbergs introduksjonsprogram, og Kompetanse Norges initiativ «Kompetanseutvikling i arbeidslivet». Jeg samarbeider mest med NAV i min ansvarsregion, kommuner og voksenopplæring, noe med fagskoler og bidrar som gjesteforeleser ved OsloMet og USN. I mitt første år på karrieresenteret har cirka femti prosent av mine veiledningssamtaler vært engangsbesøk. Førti prosent hadde to til tre samtaler og ti prosent hadde fire til fem

samtaler. Over tre-fjerdedeler av veisøkere var i alder 19 – 40 år. Halvparten har hørt om karrieresenteret via NAV eller skoler, mens en fjerdedel har hørt om oss via sitt nettverk. Jeg har hatt like mange kvinner som menn, men flertallet av menn jeg har veiledet er fra utlandet. Litt over halvparten av veisøkerne er fra nordiske eller europeiske land og mens litt under halvparten er fra øvrige verdensdeler. Omtrent halvparten kvalifiserer seg for å studere på fagskole eller ta høyere utdanning, mens halvparten har ikke nok kompetanse til disse utdanningstilbud. Jeg har gitt en mer detaljert oversikt i Vedlegg 1, tabell 2.

I tidligere veiledningsarbeid unngikk jeg temaet utdanning. NAVs oppdrag er «Arbeid først»; å bistå brukere med å finne og skaffe arbeid som de kan klare. Jeg husker den dårlige følelsen av illojalitet de få gangene jeg ville diskutere utdanning som en løsning. Vil det føre til jobb? Hvordan kan vi være sikre på det? Er det verdt investeringen? Under disse vilkårene hadde jeg lite insentiv til å sette meg inn i utdanningssystemet. Det kunne vært viktig for brukerne å få hjelp til å formalisere sin kompetanse. Men, å vite om, vise og snu disse 'steiner' sammen med den enkelte var ikke mitt ansvar. Dette er desidert den største forskjellen jeg opplever med veiledning på et karrieresenter. Jeg får veiledet mer helhetlig med både forståelse om arbeidsmarkeds- og kvalifiseringsmuligheter. Nå får jeg, i samarbeid med fylkeskommunale kollegaer, oversikt over utdanningssystemet. Læringskurven har vært bratt og energikrevende da jeg trener opp mulighetssynet mitt på veisøkers formelle -og reelle kompetanse som åpner for ulike kompetanseutviklingsveier. Hver enkelt har et unikt utgangspunkt. Kaleidoskopet skiftes et hakk, og bildet får andre elementer.

#### 4.3 Hvordan jobber jeg med LDC?

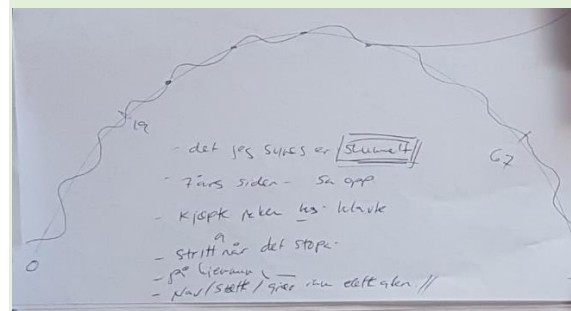
Det var først i høst at jeg begynte å samle erfaringer med individuelle life-designing

prosesser på systematisk vis, noe som har foregått parallelt med nye profesjonelle prosesser. Jeg var i en ny rolle og kontekst på Kongsberg med nye forventninger, aktører og samarbeidspartnere. I tillegg jobbet jeg med å finne min vei som 'forsker-praktiker' med balansen mellom lesing, utforskning og dokumentering. I karriereveiledningsfeltet er life-designing en forholdsvis ny, lite kjent, lite forstått og lite brukt metode selv om det er vanlig å bruke narrativer i karriereveiledning. Jeg opplever derfor at jeg tar noe risiko med å beskrive mine prosesser med CCI da jeg kan risikere å få en del kritikk. Jeg kjenner at jeg jobber nokså ensomt i ukjent terreng på upløyd mark.

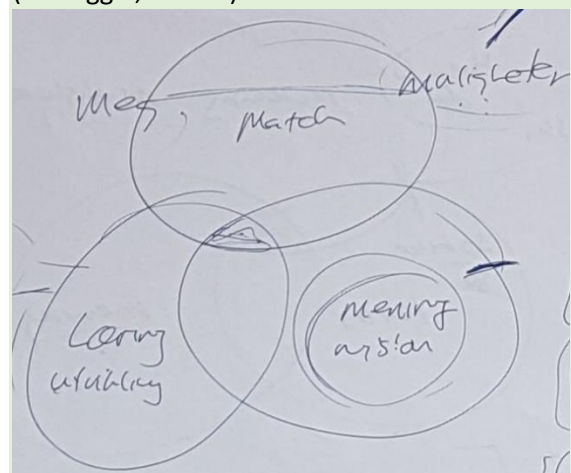
#### 4.3.1 Valg av CCI

I høst har jeg hatt en ekstra bevissthet på å finne ut når det kan passe å bruke CCI; det vil si når CCI kan være forenelig med veisøkers behov og ønsker for veiledning. Derfor har prosessen med å velge å bruke CCI hatt stor betydning. Når en veisøker kommer til en veiledningsavtale ønsker jeg først velkommen. Vedkommende får da noen minutter alene for å fylle ut et skjema med spørsmålet «hva ønsker du veiledning på?». Noen skriver flere setninger, andre bare ett eller få ord og noen skriver ingenting. Noen tenker at jeg gir svar på hva de skal gjøre, mens andre ønsker å bruke samtalen til å se flere muligheter og få støtte mens de velger videre. Ofte innleder jeg veiledning med en passende variasjon av Savickas CCI-spørsmålet «Hvordan kan jeg være til nytte i din prosess med å utvikle din karrierevei videre?». Jeg innleder også med å referere til det veisøker skriver på skjemaet og speiler tilbake deres svar om ønsker for veiledning. Med disse spørsmålene avklarer vi forventninger, unngår misnøye og tilrettelegger for en avspenst stemning som igjen kan åpne for selvoppdagelse (Savickas 2016). Veisøkers meningsbærende ord brukes for å definere karriereutfordringen og mål for veiledning. Det setter scenen for videre samarbeid. Jeg har spisse ører under denne

seansen og vurderer underveis tillitsbyggende og arbeidsalliansevennlige måter å gå frem på. Som oftest er modellen SØT illustrert av Kversøy og Hartviksen (2008), en grei og forsiktig måte å gå frem på. Jeg bruker SØT i samarbeid med veisøker for å visualisere og organisere nå-situasjon, ønsket situasjon og tanker om tiltak for å komme videre (vedlegg 1, bilde 6). Ofte tegner jeg opp en buet livslinje inspirert av livsbuen til Super (1990) for å visualisere hvor veisøker befinner seg nå og, for eksempel, hvor lang tid de har til pensjonsalderen. Livsbuen får også frem deres tidligere og nåværende overganger og ulike livsroller.



I samtaler der det faller naturlig, tegner jeg også opp en slags *meny for karriereveiledning* (vedlegg 1, bilde 2).



Denne tegningen speiler paradigmatankegangen og består av tre overlappende ringer: én for å finne passende arbeid eller utdanning (matching/informasjon), én for å finne ut hvordan komme videre (læring/utvikling) og én for å finne en meningsfull vei (mening/misjon). Tegningen med 'menyen' åpner for en prat om mulige temaer for karriereveiledning og for veisøkers



tanker om det som er ønskelig og nyttig for seg. Når veisøker peker ut 'mening' faller det mer naturlig for meg å introdusere life-designing som mulig fremgangsmåte. Da tar jeg frem samtaleguiden «Et konstruksjonistisk karriereintervju» (vedlegg 2), viser CCI-spørsmål og presenterer denne selvbiografiske måten å jobbe på med våre ulike roller (beskrevet i kapittel 2.5). De som ønsker en veiledningsprosess med life-designing har fått det. På denne måten inviterer jeg veisøker til medvirkning på valg av metoden for veiledning.

### 4.3.2 Erfaringer med CCI

«Det jeg synes du skal gjøre nå, er at du holder fast i disse intervjuene som du har lagt opp til å bruke som empiri. Når du kommer inn og skal fortelle narrativt om din virksomhet, så må vi ta stilling til hvilken retning du svømmer.» - Lars Gunnar Lingås

Jeg endte opp med tolv CCI-samtaler i høst med sju kvinner og fem menn. Alle er norske, hvorav fire har i tillegg utenlandsk tilknytning. De første sju CCI-er var uten lydopptak. Etter hvert forsto jeg at lydopptak er et godt nybegynnerhjelpemiddel. Veisøkers egne ord er spesielt viktige i CCI fordi de brukes som tråder i vevingen av livsportrettet. Jeg fikk veisøkernes samtykke til å bruke lydopptak, og kunne senke skuldrene og være mer tilstede i de neste fem CCI-er. Følgende er min beskrivelse av det jeg oppfatter at jeg gjør i de fem CCI-ene fra lydopptak. Jeg oppsummerer fem fellestrekk av det jeg ser som går igjen i disse fem CCI-ene. Vedlegg 3 gir en utdypning fra hver av de fem CCI-ene og vedlegg 7 og 8 er datagrunnlaget fra to av disse fem veiledningsprosesser.

#### 4.3.2.1 Trygghet på metoden og bekreftelse

Innledningsvis, da veisøker velger 'mening' fra 'menyen', orienterer jeg om CCI og at jeg er ny til Life Design karriereveiledning. Ved oppstart av CCI, hører jeg at jeg beskriver CCI-spørsmålene som 'merkelige' og 'rare', selv

om jeg allerede har orientert om disse. Underveis i intervjuet gir jeg mange eksempler på hva en rollemodell kan være, på hverdagsmedier og beskriver godt hva som menes med motto. Til slutt forsikrer jeg at spørsmålet om barndomshistorier forstås som valgfritt og at vi jobber ikke med det 'terapeutisk'. Selv om jeg fortsatt kjenner meg som amatør på metoden og må forsikre den slik nevnt ovenfor, kjenner jeg også at både jeg og veisøker er godt ivaretatt innenfor CCIs forutsigbare form. Under alle CCI-ene noterte jeg iherdig, selv med lydopptak. Dette er en slags 'lyttevane' jeg har for å holde fokus og fange veisøkers eksakte ord og uttrykk. Klare mønstre og tematikk i veisøkers fortellinger blir synlige mens jeg noterer. Underveis bruker jeg notatene til å oppsummere, finne nøkkelord, lese tilbake, speile og sjekke detaljene sammen med veisøker. Jeg hører at jeg skriver i stillhetspauser mens veisøker tenker over det de skal si. Jeg tenker at jeg går glipp av en del kommunikasjon da jeg ofte ser på arket heller enn veisøker.

I halvparten av life-designing prosessene fikk veisøker også tilgang til vip24; et digitalt karrieresamtaleverktøy som jeg kjenner godt. Disse veisøkerne ville prøve vip24, og jeg vil sikre LDC-prosessen. I den siste av tolv CCI-er hører jeg av opptaket at jeg har blitt tryggere på CCI-metoden og spørsmålene.

#### 4.3.2.2 Tidsbruken

Samtalene varer én time. De preges av at jeg har god tid til veisøker og gir de den tiden de trenger til å reflektere, tenke og fortelle. Jeg 'lytter frem' fortellingene, da veisøkerne bruker tid til å beskrive og bestemme seg for hvilke rollemodeller, medier, film, bok eller fortelling, motto og barndomshistorier de skal trekke frem. Når veisøkerne først finner ut hva de skal fortelle om, lar jeg de fortelle fritt, selv om det de sier kan være et sidespor i forhold til fokustemaer fra CCI-oppskriften.

Jeg kjenner at jeg har dårlig samvittighet og en kritisk 'gremlin på min skulder' som sier, «Amy, du må styre tida bedre. Du lar det flyte ut. Veisøker blir sliten om du ikke stramme inn bedre. Er du profesjonell nok? Dette kan aldri

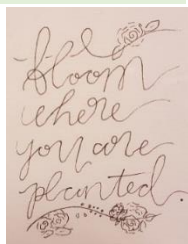
bli til en bærekraftig veiledningsmetode hvis det drar seg sånn ut i tida. Du må skjerpe deg.»

#### 4.3.2.3 Å åpne opp og utvide

Gjennomgående i de fem opptak er at jeg forsøker å åpne opp for mer refleksjon gjennom å spørre etter flere detaljer. Dette gjør jeg ved å la veisøkerne reflektere og fortelle fritt helt frem til de ikke har mer å si. Jeg stiller spørsmål underveis i samtalen som, «Andre ting du lurer på?», «Er det mer du vil si?», «Andre ting du tenker på?», «Mer å fortelle?». Jeg jakter etter enda flere ord og beskrivelser. Veisøkerne kommer med ekstrasfortellinger som ligger utenom CCI-spørsmålene, og disse får veisøkerne fortelle ferdig.

#### 4.3.2.4 Hvem er fokusperson

Veisøkerne får nesten all taletid. Jeg spør og forklarer spørsmål. Deretter spør jeg om fordypning eller videre presisering. Veisøkeren er uten tvil 'på scenen med sitt liv' mens jeg er tilhører og følger intenst med på handlingene i deres små historier. Jeg er en tålmodig, lyttende og undrende tilhører til veisøkernes fortellinger. Men i ett par tilfeller, hører jeg at jeg tar noe av fokuset. En gang 'bidrar' jeg med å belyse veisøkers svar fra vip24 på temaet 'mangfold'. Mens hun forteller, tenker jeg at det er en spennende kongruens mellom fortellingen og vip24-svaret. Og mens jeg 'bidrar' tenker jeg for meg selv, «Du støyer. Interessant for deg, men unødvendig for samtalen? Nå vender du fokus på det du tenker og vekk fra veisøker». I ett annet CCI inviterer veisøkeren meg til å fortelle om mine hverdagsmedier og motto. Fokus vendes igjen på meg, men denne gangen oppfordret av veisøkeren. Da tenker jeg på veisøkers opplevelse av symmetri i samtalen og deler litt fra eget liv. Samtidig tenker jeg, «Nå tar du fokus. Er dine interesser og selv-råd viktige for veisøker? Vend det



tilbake.» Etter CCI-ene er ferdig hører jeg at vi bytter roller. Jeg kjenner at jeg går 'på scenen'- oppsummerer, forklarer og forteller - og veisøker blir tilhører til dette.

#### 4.3.2.5 Nye temaer ved avslutning

Når det krevende refleksjonsintervjuet, CCI, er gjennomført, og før vi booker ny tid til samarbeid med livsportrettet, holder jeg samtalen i gang med enda flere temaer. Det kommer frem noe uformell prat om livet. Mine forklaringer om det jeg hører etter i veisøkers små historier tar også plass. I noen tilfeller trekker jeg frem deres beskrivelser av rollemodeller og hverdagsmedier og hører om de kjenner seg igjen i de egenskaper og interesser som kom fram. Noen veisøkere har fått tilbud om vip24 i etterkant av CCI. Da kommer enda en forklaring om et annet verktøy. I noen tilfeller har jeg også lagt til en prat om veier inn i arbeid, strategi, åpne søknader, CV-maler og om å finne praksis. Jeg både åpner for og introduserer temaer før vi avslutter.

### 4.3.3 Å samle tråder i livsportrett

I life-designing har jeg en jobb å gjøre etter CCI-et. Jeg fletter sammen intervjuintervjuene i et 'livsportrett' (LP) som veisøker og jeg redigerer sammen under neste samtale. Lydopptakene ga meg mulighet til å lage rikere livsportretter da de fanget opp flere detaljer enn det jeg først hørte. Jeg valgte å transkribere CCI-ene (eksempler finner du i vedlegg 7 og 8) da jeg opprinnelig tenkte å gjøre en GT-avhandling. Etter hvert utviklet jeg min transkriberingsform for så å kunne lettere se hvem som taler og temaet som belyses. Mine utsagn skrives i blått og veisøkers i svart og de vesentligste svar på CCI-spørsmål fargekodes. Svar på første spørsmål i rødt, andre i oransje, tredje i mørkegul, fjerde i grønn, femte i blått og sjette i lilla. Dette systemet inspirerte mitt arbeid med LP-ene. Jeg gikk bort fra CCIs standardskjema og støtteark (vedlegg 2, s.4 & vedlegg 3) og lagde

egen mal med like overskrifter, men nå med mulighet til å klippe over den fargelagte teksten fra transkriberingen. LP-et fremstår dermed som det metaforiske legotårnet i kapittel 2.5. Tekstskriftfargen får frem veisøkers behov i rød tekst (innledende spørsmål), egenskaper i oransje (rollemodeller), RIASEC-kode (Holland, 1997) i mørke gul (nettsider og serier), manus for videre handling i grønn (favoritt fortelling), selv-råd i blått (motto) og engasjement i lilla (tidlige erindringer). Gjennomgående tematikk ble veldig synlig. Gjentakende ord og uttrykk viste seg å dukke opp i de forskjellige små historier på tvers av CCI-spørsmålene (vedlegg 7 og 8). Detaljer fra ekstraportellingene fargekodes på likt linje der det passer.

#### 4.3.4 LP-utkast rekonstrueres

Rekonstruksjonen begynner med at jeg leser tilbake LP-utkastet og er mer på 'scenen' mens veisøker er tilhører til sin fortelling formidlet tilbake som LP. Så er vi sammen på scenen og redigerer. Vi jobber med teksten slik at veisøkeren kjenner seg igjen i den. Regnbue-utkastet forenkler samarbeidet da veisøkers ord blir lettere å se.

Jeg inviterer vip24-kartleggingen inn i vår relasjon som 'utenfra-stemme' som har egne ord og måter å kommunisere på. Ord om verdier, interesser og preferanser ligner de vi allerede fant i veisøkers egne historier oppsamlet i LP-utkastet. RIASEC-koden fra vip24 var identisk med den som kom frem i CCI-spørsmålet om hverdagsmedier. Veisøkers ord og beskrivelser av rollemodeller og favoritt fortellingen ligner de man kan klikke seg frem til i vip24 om verdier og preferanser. I to av LP-samtalene jobbet vi i tillegg med jobbsøkerprosesser. Da kunne vi se hvordan 'funn' i LP-et kan brukes i søknadstekst og CV og kan brukes for å tyde stillingsannonser.

#### 4.3.5 Ny episode samkonstrueres

I tredje samtale brukte vi tavla. Jeg skrev bortover: engasjement/perspektiv,

selvbilde/egenskaper, omgivelser/interesser, manus/handlingen, og selv-råd/motto som overskrifter på fem rader. Veisøkeren skrev essensen for hver overskrift fra det reviderte LP-et. Livstema/er som en eller flere røde tråd/er, ble etter hvert synlige og ga retning og grunnlag for videre handling i deres neste 'episoder' av fortellingene sine. Veisøkerne skrev opp et par punkter på tavla eller på LP-et om det de skal gjøre videre. Disse punkter ble dermed forankret i mening og 'mattering'. Vi diskuterte hvilke støttepersoner de har rundt seg mens de iverksetter de nye episodene (vedlegg 7 og 8).

#### 4.3.6 Bricoleur'n bruker det hun har

Erfaringene med LDC påvirker veiledning der jeg jobber utfra veisøkers ønske om et annet fokus. Jeg tenker mer bevisst på perspektiver og paradigmer (vedlegg 1, tabell 1), og har spisse ører i forhold til veisøkers ordbruk. Jeg tenker at veisøkers valgte ord har sammenheng med livstema/er som de jobber med, enten bevisst eller ubevisst. Av og til kommer veisøkers motto frem uoppfordret. Av og til bruker jeg spørsmålet om rollemodeller eller hverdagsmedier uten å bruke hele CCI. I mitt første år på Kongsberg karrieresenter, har jeg samlet en oversikt over veiledningsprosesser og noterer at de fleste av disse er inspirert av CCI-spørsmål. Som bricoleur bruker jeg lytte- evnen og tar i bruk metoder og verktøy (f.eks. CCI, vip24, Supers livsbue, SØT-modellen) på eklektisk og improvisatorisk vis for å møte den andre på en best mulig måte. Som Collin (1996 i Hansen, 2010) beskriver *jazzspillerne*, kan det være slik at jeg tilsidesetter metoder og undrer i det åpne med veisøkeren.

#### 4.3.7 Nå-situasjonen og veien videre

Jeg har nå en forlenget stilling og er tryggere på min kontekst. Jeg bruker life-designing når det passer samt CCI-spørsmål i kurs, og med andre veiledningsmåter. I høsten deltar jeg i forskningen til Kirsten Marie Norendal om LDC i praksis.

## 5 Analyse: -grafi

Du har nå blitt kjent med meg mens jeg lærer om og praktiserer life-designing og utfordrer meg selv med etikken knyttet til kritisk refleksivitet. Du har fått kommet inn i min 'kjerre' og vi har reist sammen i fortiden og nåtiden gjennom faglige beskrivelser og mine narrativer. Sammen har vi sett på 'vevestykket' mitt som det nå ser ut. Det er sannsynlig at vi begge har fått en fornemmelse av fellestrekk, mønster og 'tråder'.

---

*Our capacity – or our incapacity – to understand is rooted in our own self-definitions" – Maxine Greene 1997, s. 204-205 med referanse til Charles Taylor, 1977)*

---

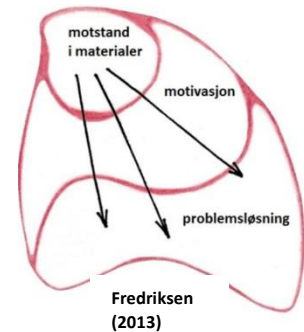
Min autoetnografiske oppgave er nå å bruke empirien fra avhandlingen i en systematisk selvanalyse og dra frem refleksjoner. I forbindelse med life-designing beskriver Savickas (2011) denne prosessen som en form for å organisere fortellinger; en lesestrategi kjent som *narrativparadigmet*. Kjernen i denne hermeneutiske strategien handler om å forstå våre liv på narrativt vis som *et oppdrag*. Gjennom livet når vi ut til våre omgivelser for å finne løsninger på problemer opplevd i oppveksten. Vi samler diverse ressurser fra vårt omkringliggende miljø og bruker disse til å utvikle oss og forfølge våre livsprosjekter. *Oppdraget* er søken etter «å fylle et hull i hjertet ved å overvinne livets prøvelser. Motgang gir spenningen i livet som driver frem denne søken» (M. L. Savickas, 2011, s.30-31). I min selvanalyse er jeg derfor villig til å se etter mitt 'hull i hjertet' som kilde til å bedre forstå mitt 'oppdrag' eller mine 'livstemaer'. Savickas (2011) referer til Csikszentmihalyi og Beattie (1979, s.48) som forklarer, «A life theme consists of a problem or a set of problems which a person wishes to solve above everything else and the means the person finds to achieve a solution».

---

*"Tiedeman's philosophy of self views self as subject – an I of doing and thinking focused on getting to know the self. For Tiedeman, self-concept meant **process**, not state." – Savickas (2008)*

---

I et kunstpedagogikk perspektiv viser Biljana Fredriksen (2013) til hvordan barn, i å møte *motstand i materialer* i lek, finner vi motivasjon til problemløsning.



Gjennom en bevissthet om ett eller flere av våre livstemaer (materialer) vil oppdagelser og refleksjoner om disse kunne føre til nye perspektiver. Med en refleksjon kan vi jobbe refleksivt i egen praksis, som kan inspirere og bidra til karriereveiledningens refleksive kvalitet.

---

*«I min kunst har jeg forsøkt å få forklart meg livet og dets mening. Jeg har også ment å hjelpe andre til å klarlegge seg livet.»  
- Edvard Munch, 1890-årene om billedsyklus Livsfrisen.*

---

Jeg skal identifisere og reflektere over 'trådene' som kommer frem. Selvanalysen fører til personlige åpenbaringer; det vil si emosjonelle opplevelser eller erfaringer som er med på å transformere meg som person og som yrkesutøvende karriereveileder (McIlveen 2007). Videre skal selvanalysen føre til at jeg tenker å gjøre noe annerledes fremover (min 'kritiske refleksivitet') i karriereveiledning. Kanskje denne prosessen vil åpne for dine refleksjoner og refleksive tanker om hva du bringer til karriereveiledningsrelasjonen, og hva du kan være ekstra bevisst på i din praksis.

---

*"I understand my writing at this moment not as an isolated act, but as coming from somewhere in the past and leading to something I value in the future." – Gergen (2015, s. 41)*

---

For å gjøre en systematisk selvanalyse av empirien (-grafi), reflekterer jeg på hermeneutiske vis ved å utføre en 'hermeneutisk forskningssyntese' av ord og uttrykk som jeg bruker i mine fortellinger og beskrivelser. Først ser jeg etter fellestrekk i mitt språkvalg og deretter fortolker og beskriver jeg 'hva som kom til syne' med både 'åpenbaringen' i syntesen og livstemaer som



fremkommer. Så reflekterer jeg over hva disse har å si for mitt 'karriereveiledningsverdens-bilde' som er førende for min refleksivitet (Watson, 2006, s. 54). Dermed strekker jeg meg selv inn i teori og teori inn i meg selv (P. Mcilveen, 2015), og bidrar til å lukke gapet mellom disse (Mcilveen, 2008).

## 5.1 En hermeneutisk forskningssyntese

I empiriunderlaget for kapittel 4.3.2 beskrev jeg detaljert om det jeg gjorde i CCI-ene som jeg har på lydopptak (vedlegg 4). Mens jeg skrev empiriunderlaget og oppsummerte det i empirikapittelet hadde jeg en anelse av fellestrekk mellom mine ord og utsagn. Jeg lagde derfor en samling av uttrykk som ga meg spesiell mening (vedlegg 5). Det viste seg å være mange fellestrekk og jeg endte opp med å sortere og gruppere disse tematisk. Underveis lurte jeg på om fellestrekkene fra empiriunderlaget hadde sammenheng med ord og utsagn fra beskrivelser og små historier i andre deler av avhandlingen. Jeg gjorde derfor den samme øvelsen med kapitlene én til fire. Jeg samlet uttrykk fra kapittel én til tre i en hovedgruppe og uttrykk fra empirikapittelets deler i tre andre. Hovedgruppene hadde hver sin tematiske sortering av mine ord og utsagn (vedlegg 5). Jeg oppdaget enda flere temaer i empiriunderlaget (vedlegg 4) som først kom til syne for meg under denne syntesen, altså etter jeg skrev 4.3.2. Fellestrekk på tvers av disse kapitler kom til syne, og jeg satt i gang med enda en samlet oversikt som ser bort fra hovedgrupperingene jeg hadde gjort. Det ble til slutt 22 tematiske grupper av mine ord og utsagn som jeg kategoriserte inn i sju livstemaer (vedlegg 6). Jeg vil nå se om denne syntesen kan få frem refleksjoner som kan fremme kritisk refleksivitet og forbedre min praksis.

## 5.2 Hullet i hjertet, såret og livmoren

I arbeidet med syntesen så jeg etter mening og narrativ logikk i mine fortellinger. Jeg vi finne «*limet* i min ordbruk som holder fortellingenes fakta sammen» (M. L. Savickas, 2011). Jeg brukte narrativparadigmet som lesestrategi for å se etter hendelser der det skjer markante endringer hvor jeg, i etterkant av disse, begynner å 'actively master what [I] passively suffer' (M. L. Savickas, 2011, s. 34; 2013). Savickas viser til våre tidlige minner som kilde til perspektiv på kurante problemstillinger eller karriereutfordringer. Han forklarer at disse kan inneholde 'preoccupations' eller et *oppdrag* som tidligere nevnt – altså det vi er opptatte av å løse i livet. Det kan være forankret i en opplevelse av dyptfølt smerte - en respons til trauma og sår med kilde i å være ekskludert fra eller tape noe av høy verdi. For meg var det jeg tapte *samhold*. Det var en sterk opplevelse med syntesen å finne frem til dette *hullet i hjertet* som hoved livstema og som omdreiningspunkt for mine andre livstemaer. I 4.1.1. Startstreken skriver jeg om opplevelser fra foreldrenes skilsmisse; relasjonsbrudd, begrensninger, konflikt, misforståelser, og usikkerhet.

Hullet i hjertet beskrives også som *et sår*. Dette ømme punktet kan på metaforisk vis også forståes som en *livmor*. Herfra inntre lyset og deri kan det nye skapes. I såret finner vi både våre behov og det vi holder på å skape. På sitt dypeste gir smerten nytt perspektiv da det knyttes til en forhistorie (M. L. Savickas, 2011). Han skriver at våre 'preoccupations' ofte er kilde til våre 'occupations' eller arbeidsaktiviteter (M. L. Savickas, 2015b). Karrieredriv kan beskrives som en sammensetting av en smerte og vårt talent (Sher, 1998).

## 5.3 Samholdets livstemaer

Hvordan forvandles mitt *sår* til å bli en *livmor*? Hvordan tar jeg oppgjør med smerten gjennom familieliv, arbeidsaktiviteter, skolegang og fritid? I syntesen fant jeg seks livstemaer som understøtter oppdraget om *samhold*.

### 5.3.1 Fra kjent til ukjent, fra fast til foranderlig

‘Fra kjent til ukjent’ og ‘fra fast til foranderlig’, er mine beslektete, men ulike livstemaer, som handler om *nysgjerrighet og vekst* (vedlegg 6, s.1 og 4). Disse temaer kan vi finne i teksten om bilturer, studieturer, båttur og sykkelstur til ukjente steder og endringer underveis. Jeg lærte tidlig å stå på egne bein og jeg krabber, klatrer, prøver ut, tar vågale steg og vil komme meg videre til et annet nivå. Jeg er litt på kanten, tar ikke den enkleste vei og har en bratt læringskurve. Disse livstemaer dukker opp som *reise*, som *selvstendighet*, som *vilje til å komme videre* og som *ønske om en utfordring*. De tre sist nevnte har ført meg til mange ulike utforskende aktiviteter og erfaringer på reisen.

*“The self is not something ready-made, but something in continuing formation through choice of action.”*  
– John Dewey 1916, s.408

Gjennom ulike aktiviteter, har det skjedd gunstige uplanlagte hendelser, *happenstance* (Krumboltz, 2009), som har endt opp i opplevelsen av *samhold*. ‘Reisen’ omtales alltid i kontekst av et fellesskap. Familien min var sammen på reise. Etter bruddet fant jeg *samhold på reise* med ungdomsgruppen, andre familier, i ekteskap, studie- og arbeidskollegaer og ikke minst i arbeid sammen med veisøkere for å bistå andre med å finne vei videre. Jeg har fått støtte og grobunn for gode læringserfaringer og mestringsopplevelser i disse fellesskap, og dermed *self-efficacy* – troen på mine egne

evner og muligheter for å lykkes med det jeg foretar meg (Bandura 1986, s.391 i Lent, 2005). ‘Selvstendig tenkning’, et kjennetegn til LDC-veiledere (P. Mcilveen, 2015), styrkes av mitt behov for å ‘helbrede smerten’ og av miljøer som har støttet meg mens jeg prøver og feiler. Med god self-efficacy har jeg fått mot til å ha en positiv holdning til fremtidens usikkerhet og åpenhet til muligheter som ligger i det uvisse, altså *positive uncertainty*

*The mind is growable. We create minds, we don't just have them. Mind is a function of how we use our brains. – Elliot W. Eisner*

(Gelatt, 1989). I happenstance fant jeg fellesskap. I fellesskap fant jeg self-efficacy. I self-efficacy fant jeg både selvstendighet og trygghet til å beskue det uvisse som arena for muligheter.

*Tilpasning* er en stor del mine livstemaer ‘fra kjent til ukjent’ og fra ‘fast til foranderlig’ og dermed knyttes tett til mitt oppdrag: *samhold*. Jeg tilpasser meg i nye miljøer for å lære om disse, tar utfordringer og utforsker for å finne og bevare *samhold* i gode fellesskap. Evnen til å tilpasse seg omtales som en av to metakompetanser for dagens arbeidsliv og som et kjennetegn til en LDC-veileder (P. Mcilveen, 2015; M. L. Savickas, 2013).

### 5.3.2 Fra begrensning til muligheter

Mitt livstema ‘fra begrensninger til muligheter’ handler om å *åpne opp*. Fortellingene viser behovet og tendensen jeg har for å holde valgdørene åpne. Jeg vil bestandig se litt videre, er nysgjerrig på hva som er forbi grenser og horisonter, vil utvide forståelser, er mest opptatt av opplevelsene og oppdagelsene underveis og blir engasjert i disse sidesporene.

*«Det er omveiene, forsinkelsene og sidesporene som beriker ens liv» - Nils Kjær*

Eksempler på å tenke annerledes, skape, utstille, kombinere og videreutvikle krydrer historiene mine der jeg åpner for at kreativiteten kan komme til nytte. Jeg lager CCI-spørsmål som legotårn, et governmentality-spill som svar på muntlig eksamen og en utstilling med mulighets-plakater. Jeg lenker karriereteorier til vers i en eurovisjon-låt, tar sosiologifaget til sjøs og ser det vakre rundt meg på turen - ikke bare 'the arches'. Jeg videreutvikler malen for CCI-livsportrettet med farger. Jeg kombinerer metoder eller legger bort metodene og møter den andre som Collins jazzspillere gjør.

---

*We come to see the world within constraints and diversifying those constraints is an important way to enrich your life. To diversify your experience, you have to bring more and more to it.* – Elliot W. Eisner

---

Når 'oppdraget' mitt er fra *brudd til samhold* skjerper jeg mine kreative evner og bruker de til å forvandle sår til livmor. Fra det kjente og begrensede såret til det ukjente og mulighetspregede nyskapte. Jeg jobber for å få til at tilværelsen kan være annerledes og at livet kan bestå av mer enn 'såret'. For at jeg skal klare å se for meg verden som noe annet enn konfliktfylt, må jeg jo oppdage andre virkeligheter.

'Smerten' fra bruddet forsterker nok mine tendenser til å se etter muligheter, tenke annerledes og dermed skjerper den mine ferdigheter som *bricoleur*. I historiene ser jeg likhet mellom mine alle første 'steiner på livsstien' - det å krabbe, klatre og få tak i flaska mi alene – og steiner i senere fortellinger. Disse er de samme steinene. Jeg kjenner de, bruker de om og om igjen og de gir mening. Jeg drar alene på studietur til sjøs, dra til Norge for å bo, setter i gang med masterstudie som 'prøvekanin' og bruker forskningsmetoden AE og veiledningsmetoden life-designing som 'upløyd mark' i min kontekst. Med bricoleurens briller på, leter jeg i syntesen og i arbeid med livsportretter etter 'steinene' på historienes sti. Jeg tar

hensyn til og analyserer disse, for så å videreføre og skape et sammenhengende mønster, som forfatter-forsker eller bidra som medforfatter-veileder, ut i fra mine tilgjengelige og opparbeidete forståelser og ressurser. *Samhold* som mitt hoved livstema påvirker prosessen. Det fører til nye stoppesteder på stien i harmoniens retning.

Med temaet fra 'begrensninger til muligheter' kjennes det befriende å kunne reflektere, på en intuitiv, personlig, indirekte og åpen måte om karriereveien. I narrativforskning oppdager jeg i egne historier, for eksempel, «dådyret, solnedgangen og vårblomster i engen» heller enn kun farens 'endemål'. I life-designingens rekonstruksjonsprosess oppdager veisøker, i sine egne ord og fortellinger, de viktige 'tråder' som er retningsgivende for sin videre karrierevei, heller enn andres mål for deres liv. Det er kun agendaen til fortelleren som er i fokus da 'verktøyet' er ens egne ord og historier kombinert med forskers eller veileders praksis i en konstruksjonsprosess. Ved å åpne opp finner jeg mening, kilde til refleksjon og motivasjon til å tenke og handle på refleksiv vis fremover. Jeg finner 'tydelig identitet' som 'proaktiv bricoleur-jazzspiller' - også kjennetegn til en LDC-veileder (Collin 1996 i Hansen, 2010; P. Mcilveen, 2015; M.L. Savickas, 2015).

«Jeg blir jo glad for å få lov til å ha taletid,» sier en veisøker til meg etter en CCI der jeg har åpnet opp helt frem til sluttstreken i samtalen. Min dreining til å se etter muligheter og åpne opp, selv om det som oftest settes pris på, bringer også med seg baksider som kommer til syne spesielt i CCI-historiene (Vedlegg 7 og 8). I CCI-ene er det som oftest noe mer jeg skal gjøre *før* vi avslutter da det faller meg unaturlig å sette sluttstrek, konkludere og definere. I én CCI tjuvstartet jeg på livsportrettet på slutten av intervjuet, noe som gjorde at neste samtale fikk noe 'luft ute av ballongen'. Jeg har et ansvar for samtalestrukturen og jeg *skal* lukke samtaler på en måte som ivaretar veisøkers behov og

veiledningsrelasjonen. Jeg er allerede selvkritisk på dette punktet med en 'gremlin på skulderen min' som forteller meg, «du er overivrig». CCI-historiene viser at jeg må jobbe videre med å være bevisst på å begrense innholdet i avslutningsfasen og kutte ut denne støyen. Både å åpne opp og lukke på en hensiktsmessig måte kan forbedre mine veisøkeres refleksjonsmuligheter og dermed gi bedre plass til deres refleksivitet.

### 5.3.3 Fra konflikt til løsning

Som yngste i familien, som ønsket samhold av hele sitt hjerte, kunne jeg mekle *fred* mellom søsken og foreldre og foreldrene seg imellom og dermed føre konflikt til løsning. Jeg gjorde mitt beste for å forstå hvert deres perspektiv for så å forsøke å være et slags formidlingsrør mellom dem.

*«Kanskje vil de ha større forståelse for hverandre hvis jeg kan klare å si hvordan den andre har det, og hva de egentlig mente».*

I andre historier kommer dette temaet i min iver til å lære om steder og mennesker som var ulike de jeg kjente til og fordype meg i samfunnets mangfold. Jeg vil forstå meg på andre folkegrupper og formidle om enkeltes unike utgangspunkt. Studieutveksling førte til og med til 'et totalt forandret verdenssyn'. Jeg prøver å forstå for å finne løsninger, fred og forsoning ved å studere samfunnsgrupper (sosiologi), bo i forskjellige kulturer og å jobbe med integrering, arbeidsinkludering og karriereveiledning. Med mitt oppdrag, samhold, bruker jeg arbeidslivet til å bistå andre med å finne veien fra konflikt til løsning. Det viktigste hjelpemidlet med livstemaet om løsning og fred har vært *felleskap* der jeg er både invitert inn, ønsket velkommen og inkludert. Her blomstrer jeg og trives. Fellesskapene som historiene fremhever er mangfoldige miljøer der forskjeller brukes som ressurser og felles læring. Det har vært god stemning, latter, engasjement og rom for idémyldring. Samhold i kollegafellesskap har

vært viktig for meg både for å lykkes i og trives med arbeid der min rolle er å være tilstede for andre i deres møte med utfordrende perioder i livet. Historiene viser at jeg blir 'voldsomt engasjert', får glede av og synes det er gøy å bidra til at andre lykkes i deres overganger til nye kontekster, når jeg selv tar del i kontekster preget av samhold.

### 5.3.4 Fra misforståelse til forståelse

Livstema 'fra misforståelse til forståelse' handler om *harmoni* og *empati* og har tett sammenheng med det forhenværende livstemaet 'fra konflikt til løsning'. Det kommer frem i historiene at jeg er opptatt av å forstå andre og ivareta relasjoner i min søken etter samhold – både i familien, vennskap og kollegiale fellesskap. Jeg bruker 'flyt og kommunikasjonsharmoni' og poengterer at vi 'bevarte kjærlighet'. Det er viktig for meg i samhandling å 'være tilkoblet den enkelte og finne en musikalsk kommunikasjonsrytme der både jeg og den andre er 'aktive medskapere'. Vi kan lese at jeg tar mitt ansvar for relasjoner ved å invitere, ønske velkommen, være tilstede i møte og reflektere sammen. Jeg er både opptatt av å bekrefte den andre og av å sikre at jeg forstår dens budskap. Jeg spiller tilbake, oppsummerer underveis og lar den andre prate ut sine refleksjoner til hun ikke har mer å si ved å gi tid og 'lytte frem'. I CCI-ene er jeg intens opptatt av å fange opp ord og åpner stadig for en utdypning av det som er sagt. Jeg ønsker en bedre og dypere forståelse og innser at det er alltid mulig å få et bredere blikk og flere perspektiver da vi kun ser deler av helheten. Mens jeg nå skriver kommer det frem et råd som har ligget hjertet nært i snart 21 år.

*"Aunt Audrey, what is the best advice you could give for marriage?"*  
*"Take care of each other."*

Valget av AE bekrefter denne søken etter forståelse. Jeg utfører en narrativanalyse på



meg selv for så å øke min forståelse av hvordan det er å grave i egne historier, åpne opp disse for andre og erfare 'åpenbaring' i å oppdage mine livstemaer og 'oppdrag'. Dette gjør jeg for så å forstå bedre prosessen som jeg inviterer andre til i life-designing. Søken etter forståelse er samtidig søken etter større gjensidighet og symmetri i relasjoner, der min refleksivitet kan bidra til bedre mulighet for andre til å åpne seg og reflektere med meg.

### 5.3.5 Fra usikkerhet til sikkerhet

Livstemaet fra usikkerhet til sikkerhet handler om *trygghet*. Historiene viser mitt blandete forhold til temaet der jeg til stadig trer ut i det utrygge nettopp for å bli tryggere. Jeg klatrer opp for å få tak i flasken. Jeg reiser for å utvide verdenssynet og oppdage samhold på tvers av kulturelle grenser. Jeg begynner i en ny arbeidskontekst mens jeg velger ukjente metoder for forskning og karriereveiledning. Jeg beskriver SC og AE i detalj for å *forsikre* leserens og min egen forståelse på metode og teori. Sikkerhet blir et naturlig tema når jeg er 'på reise i det ukjente', jobber med 'det foranderlige', åpner opp for muligheter og forsøker å finne løsninger og bedre forståelse ved å trekke meg selv inn i teori med narrativ-paradigmet og selvanalyse. Søken etter sikkerhet er spesielt synlig i min empiri om CCI-ene. Jeg tegner opp 'meny' for å *forsikre* at veisøker får oversikt over muligheter for karriereveiledning. Selv om de har valgt 'meny' og vil prøve CCI, beskriver jeg CCI-spørsmålene som merkelige og valgfrie fordi jeg er uvant med å stille disse. Jeg kombinerer CCI med vip24, beskriver, forklarer og orienterer for å sikre prosessen og kjenner at jeg er amatør på life-designing. Jeg kan møte tvil på om 'meny' eller CCI er i det hele tatt riktige fremgangsmåter og ta side steg til mer åpne, filosofiske og/eller improvisatoriske fremgangsmåter. Disse kan være intuitive måter jobbe på som kjennes mer passende. Usikkerheten kommer også i min paradoksale situasjon: jeg veileder andre som har karrierestress og samtidig har eget vedvarende stress med omstillinger, jobb-

overganger, og midlertidige ansettelsesforhold.

## 5.4 Fra refleksjon til refleksivitet

Hva er mitt overordnede syn på karriereveiledning? Hvor står jeg nå, hvor går jeg, og hvordan påvirker min familie- og kulturhistorie min praksis? I søken etter en ærlig refleksjon viser Watson (2006, s. 54.) til spørsmål som jeg kan stille til meg selv som karriereveileder for en selvrefleksjon. For å komme videre til en mer refleksiv praksis, kan jeg se til svar i mine historier og selvanalyse i forskningssyntesen.

### 5.4.1 Hva er mine primære mål for karriereveiledning? Hva vil jeg skal skje for veisøkerne?

*Bevegelse.* Det er det første ordet som kommer når jeg tenker på mine livstemaer og hvordan disse påvirker min praksis. Det jeg ønsker skal skje med veisøkere er at de beveger seg, åpner for *det foranderlige* og, som en reise i upløyd mark, går i retning av *det ukjente*, eller nye, for å oppdage *muligheter og løsninger* som kan føre til *større sikkerhet* i sin situasjon.

### 5.4.2 Hvor kommer mine verdier og forestillinger fra? Hvordan er de påvirket av min utviklingsprosess over tid og av min familie og kulturell bakgrunn?

*Bruddsåret og samholdssøken.* Selvbiografien i 4.1.1 og 4.1.2 viser til kilden for mine verdier og forestillinger. Verdier som oppsummeres i syntesen handler om *nysgjerrighet, vekst, åpenhet, fred, relasjonsharmoni, empati og trygghet*. De første tre verdier ble etablert før skilsmissen. Da dro vi på familieturer og oppdaget det ukjente i lag. De siste fire verdier kom etter skilsmissen som respons til mitt behov for å gjenreise samholdet. Å være familiens mekler. Å jobbe som barnevakt hos

harmoniske familier. Å reise til og tjene Lakota familier sammen med ungdomsgruppen. Å velge sosiologi og tre utvekslingssemstre. Å inkludere flyktninger. Å bevare kjærlighet i ekteskap. Å finne glede i pardans. Å jobbe for arbeidsinkludering. Å bli karriereveileder. Verdien viser seg som tråder i historiene og oppsummeres i syntesens livstemaer. Historiene og syntesen viser til at jeg har opplevd stor kongruens mellom erfaringer, ønsker og verdier siden bruddet. Jeg har fått rikelig med gode arenaer for å jobbe med verdien samt self-efficacy og tillit til livet i gode fellesskap.

### 5.4.3 Hvordan kan mitt verdenssyn begrense noen veisøkere?

Det kan jo finnes flere måter at mitt verdenssyn kan begrense veisøkere som jeg enda ikke har reflektert over eller oppdaget, men jeg kan gi fire eksempler som fremkommer i historiene og syntesen, og som jeg kjenner til fra mine veiledningserfaringer. Jeg kan møte på veisøkere som har verdier rotfestet i det stabile, kjente og vedvarende, altså det motsatte av det jeg er opptatt av: bevegelse, det foranderlige og det ukjente eller nye. Endring kan være ekstra utfordrende for disse veisøkere – både energikrevende og skummelt. Endring kan assosieres med noe negativt og kan være helst små og ligne på det veisøker kjenner til fra før. Mitt verdenssyn kan være begrensede for veisøkere hvis jeg ikke er lydhør etter forskjeller mellom det jeg og andre er opptatte av i forbindelse med livstemaer og verdier. Jeg har stort sett lyktes med utdanning, arbeid, fritid og familie mens jeg har jobbet med mitt samholdsoppdrag. Etter skilsmissen har jeg heldigvis sluppet unna brudd, store konflikter og begrensninger, usikkerhet og misforståelser. I tillegg har jeg hatt god psykisk og fysisk helse. God self-efficacy og disse omstendigheter har gitt meg utgangspunkt for mitt verdenssyn om at det er mulig å lykkes og komme videre. Jeg finner løsninger på utfordringer og bruker tilgjengelige ressurser. Jeg blir fortalt av andre

at jeg har mye energi og får til mye samtidig. Karriereveisøkere kan ha en total motsatt opplevelse, spesielt i den aktuelle overgangen som tenner motivasjonen for veiledning. Jeg må ikke undervurdere energien, tilliten og self-efficacy som trengs for å ta de neste skritt. For meg kan disse oppleves som overkommelige, men for de som møter motgang i erfaringer, verdier og ønsker kan disse oppleves som store og krevende. Mitt verdenssyn kan derfor begrense veisøkere hvis jeg forventer at de klarer flere og kjappere endringer enn det de får til og kan resultere i at jeg ikke møter de der de er. Veisøkere kan ønske og/eller trenge veilederen til å utfordre deres gitte sannheter, gi direkte tilbake-meldinger og dra hindringene deres frem i dagslyset. Dette gjør jeg, men med mitt forståelsesfulle og mulighetsfokuserende verdenssyn der harmoni og fred er sterke undertoner, kan jeg være for lite utfordrende i veiledningsrelasjoner der veisøker trenger mindre forståelse og mer utfordring. Verdenssynet kan da begrense veisøker i å innse viktige problemstillinger og begynne å jobbe med disse. Noen veisøkere utvikler seg best med stram samtalestruktur og liker å holde seg til noen få temaer i 'pløyd mark'. Min eklektiske måte å tenke og jobbe på, der jeg foretrekker å jobbe i 'ukjent og upløyd mark' og åpner bestandig for idéer, muligheter og perspektiver, kan bli vanskelig å forholde seg til, 'too much' og overveldende. Mitt verdenssyn kan derfor begrense veisøker ved å støye til med for mange unødvendige innspill.

### 5.4.4 Hvordan skal min refleksivitet merkes i min praksis videre?

---

*"Inquire...with a vigor and directness"*  
- Frank Parsons (1909)

---

Jeg ser nå min opprinnelige begeistring for å lære om SC og idéen om mennesker som 'relasjonsvesener' (Gergen, 2009) i sammenheng med mitt oppdrag, samhold, øvrige livstemaer og en refleksjon på karriere-

veiledningsverdenssynet mitt. Jeg har så vidt begynt å forstå perspektivene i life-designing og refleksjoner over disse vil modne og vokse videre med tid. Flere frukter av denne refleksjonsprosessen kan dukke opp fremover, slik at følgende oppsummering innbefatter kun mine nåværende refleksive tanker.

#### 5.4.4.1 Et lydhørt 'relasjonsvesen'

Nå ser jeg meg selv med SC briller som et relasjonsvesen med ansvar for relasjonen jeg skaper med veisøker da det er der 'the magic happens'. I min praksis vil jeg være bevisst mine livstemaer, viktige relasjoner og verdier som farger mitt bidrag i veiledningsrelasjonen. Jeg vil være lydhør for veisøkers livstemaer, viktige relasjoner og verdier for å respektere disse og bevisst ta de med som meningsfulle 'steiner' på karriereveien videre. SC og CCI har inspirert og lært meg til å ha mer spisset fokus på veisøkers egen ordbruk. Fremover kommer jeg til å fange deres ord som meningsbærende på en annen måte. Når jeg speiler tilbake er det ikke bare for å være bekreftende og sjekke ut at jeg har forstått, men også for at veisøker kan høre egne ord, som de selv trenger å høre for å komme videre på sin karrierevei.

#### 5.4.4.2 En tilhører for veisøkeren

Refleksjonene har satt på dagsorden at jeg som veileder kan i større grad velge å være en tilhører for veisøkeren og vise enda mer nysgjerrighet for deres 'relasjonsvinge'. CCI tvinger meg til å høre bevisst etter historien og følger intenst med på veisøkers fortellinger. Jeg vil nå jobbe bevisst med å ta tilhørerrollen så ofte som mulig med eller uten CCI. Jeg vil være tilstede og tålmodig med veisøker; engasjert i hva og hvordan de forteller. Jeg vil spørre mer, høre mer etter og komme med færre forslag, råd og informasjon. Jeg vil ha en bevissthet til om det er jeg eller veisøker som snakker mest for å passe på at jeg forblir en tilhører. Da kan jeg bedre justere mitt innspill og forsikre at jeg møter veisøkere nærmere der de er heller enn møte de på premissene til

min egen kompetanse, tusener idéer og mestringsposisjon.

#### 5.4.4.3 Kjenne livstemaenes hindringer

Nå når mine livstemaer er eksplisitte, skal jeg jobbe for at disse forblir fordeler for heller enn hindrer i veiledning. Bevisst min nysgjerrighet for det ukjente og foranderlige skal jeg være våken og spørrende til hvordan veisøker forholder seg til endringer. Når jeg kvier meg for å konfrontere veisøkere skal jeg huske på at det er samholdsoppdraget som er kilde til ubehaget, og heller tenke at konfrontasjonen kan føre til løsninger for veisøker på sikt. Bevisst på livstemaet om muligheter har jeg reflektert over hvorfor jeg blir fristet til åpne for flere idéer på slutten av samtaler. Denne fallgruven skal jeg aktivt unngå da den støyer for refleksjon, roter med samtalens struktur og sprenger tidsrammen.

#### 5.4.4.4 To-do liste. En refleksiv plan for videre praksis

1. Jeg skal være bevisst mitt ansvar for relasjonen som relasjonsvesen i SC.
2. Jeg skal være bevisst egen relasjonsvinge med livstemaer, relasjoner og verdier.
3. Jeg skal være lydhør for veisøkers relasjonsvinge.
4. Jeg skal fange opp veisøkers ordbruk slik at veisøker kan høre disse
5. Jeg skal i større grad være en tilhører for veisøkeren i veiledning
6. Dette betyr at jeg skal være til stede, tålmodig og skal lytte etter historien
7. Jeg skal spørre mer og gi færre forslag, råd og informasjon. Det som gis er da mer i forhold til det veisøker faktisk trenger.
8. Jeg skal lytte etter hvem som snakker mest for å forbli en tilhører
9. Jeg skal forsikre at jeg møter veisøker der de er, og ikke etter mine premisser
10. Jeg skal finne ut hvordan veisøker forholder seg til endringer
11. Jeg skal konfrontere når det trengs, for å åpne for løsninger på sikt.
12. Jeg skal unngå å åpne for flere temaer på slutten av samtalen

## 6 Diskusjon

*Vitenskap i seg selv er en sosial prosess og et sosialt produkt. Derfor påhviler det oss i feltet å aktivt delta i våre sosiale prosesser som reflekterende akademikere; medlemmer i et fellesskap som tar vare på fellesskapet.»*  
Fritt oversatt – Noble & McIlveen (2012)

Med autoetnografi forsøker jeg å gjøre nettopp dette ved å delta aktivt som reflekterende akademiker og forske på meg selv som 'student-karriereveileder' og 'karrieresenter-karriereveileder'. Jeg inviterer fellesskapet til å ta del i min prosess mens jeg lærer om AE, SC, CCT, LDC og refleksivitet. Jeg får egne livstemaer frem i forskningen som gir meg utgangspunkt for refleksjon og dermed refleksivitet i forbindelse med min rolle og praksis.

Ved å forske på litterært vis kan kreativitet få plass i det vitenskapelige gjennom historier, samtaler, korrespondanse, bilder og syntese av ord og uttrykk. Jeg svarer på en kompleks samling av forskningsspørsmål gjennom en grundig presentasjon av teori, metode, empiri og analyse. Jeg får frem det nære i samtaler og erfaringer både som student og som praktiker, og det emosjonelle i mine opplevelser i oppdagelsen av livstemaer. Teksten kan derfor virke noe terapeutisk, men det er nettopp det nære og emosjonelle - at det skjer noe med meg - som gjør at den kan treffe deg som leser og dermed bidra til nye tanker og ny viten.

AE-ens resultater er begrenset til å handle om hvordan den treffer og inspirerer deg som leser. Forskingen er også begrenset av at den er gjort om forskeren av samme forsker. En mulighet for å videreutvikle arbeidet for å lære mer om karriereveilederens kritiske refleksivitet kan være å engasjere et fellesskap av forskere, altså deltakende aksjonsforskning med forskningssirkler. Hvilke gevinster kunne fremkomme hvis flere forskere jobbet

sammen om etikken knyttet til kritisk refleksivitet? Et felles engasjement kan føre til bedre refleksive handlinger og en spennende konstruksjon av vitenskap (Noble, 2012). Fremtidige AE-er i karriereveiledningsfeltet kan også gi perspektiv på andre vitenskapsteoretiske syn med andre metodiske fremgangsmåter. Hvordan kan etikken knyttet til kritisk refleksivitet være relevant for Green Guidance-veiledning (Plant, 2014, 2015), for eksempel?

### 6.1 Hvordan kan en AE om life-designing bidra til å inspirere karriereveiledningspraksis, bedre refleksiv kvalitet og bidra til rolleforståelse?

Prosjektet «Utvikling av et nasjonalt kvalitetsrammeverk: Kvalitet i karriereveiledning» nevner *prosesskvalitet* som en av tre perspektiver på kvalitet som skal undersøkes. Prosesskvalitet omhandler kvaliteten i selve veiledningsarbeidet, i relasjoner og i prosesser der også etiske prinsipper og kompetansestandarder er førende. I prosjektets kunnskapsgrunnlag står det at «med profesjonelle karriereveiledere kan en systematisere innhenting av kunnskap på praksisfeltet og bygge videre på det i forskning om praksisfeltet» (E. H. Haug, 2018). AE-en tilbyr nettopp systematisert kunnskap fra praksisfeltet angående en karriereveilederes arbeid med etikken knyttet til kritisk refleksivitet som måte å jobbe med kvalitet i karriereveiledningspraksis (McIlveen 2015).

Vi tar et dypdykk i mine historier, ord, uttrykk og refleksjoner. Dermed ser vi ikke bare Amy som karriereveileder som har lært å utøve life-designing, men blir også kjent med 'relasjonsvingen' – altså hvem jeg er som relasjonsvesen i den sosiale konstruksjonen som skjer i karriereveiledning.

Jeg bruker teorier knyttet til life-designing i



mine skrivemåter og spesielt i analysedelen der jeg oppdager egne livstemaer. Jeg reflekterer over min praksis på basis av disse da jeg ser at livstemaene er førende for mitt overordnet syn på karriereveiledning. I arbeidet kom det frem tolv refleksive prinsipper som jeg bevisst skal jobbe etter fremover. Jeg har dermed strebet med egen kritisk refleksivitet. Mitt nye ståsted gir et stødigere etisk grunnlag for å kunne legge til rette for andres refleksjoner over sine narrativer og videre refleksive handlinger.

Når Life Design omtales som paradigme for den 21. århundre, har jeg tenkt at en AE om life-designing kan være et inspirerende bidrag til refleksiv kvalitet i karriereveiledning. Den kan gi bedre forståelse av teorier knyttet til life-designing og eksempler på life-designing prosesser. Den gir tilgang til veilederens refleksjoner på sitt bidrag i veiledningsrelasjoner og eksempler på hvordan karriereveilederen jobber med etikken knyttet til kritisk refleksivitet. Når jeg først skal gå i 'kjerren' til andre, er det etisk riktig å være klar over egne livstemaer for så å bistå andre med å finne sine.

Hvis du som leser opplever at min AE om life-designing inspirerer karriereveiledningsvirksomheten din har den sannsynligvis oppfylt kvalitetskrav som stilles til AE-forskning. Kravet om generaliserbarhet møtes hvis teksten resonerer med ditt (lesers) liv. Hvis den også inspirerer og fremprovoserer deg til å utvide dine horisonter så møter den også kravet til validitet. Opplever du teksten som autentisk, møter den kravet til reliabilitet eller pålitelighet. AE-en er troverdig hvis den oppleves som realistisk, sannsynlig, trolig, mulig og sann.

### 6.1.1 Den profesjonelle veilederen

Hannah Arendt (i Hansen 2010) henviser til Aristoteles i å fremlegge tre forskjellige former for viten: en praktisk klokskap og visdom - *phronesis*, en abstrakte teoretiske viten -

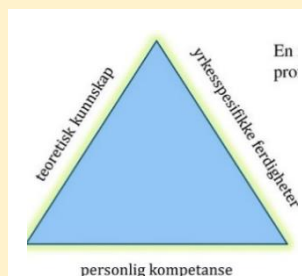
*episteme* og en teknisk-instrumentell viten - *techne*. Disse kan ligne Anders Lovéns (2015, s.93) beskrivelse av tre typer innsikt som gode veiledere bør utvikle for å øke kvalitet og profesjonalismen. Vi bør ha *personlig innsikt* om hvordan vi ser på omverdenen og hvordan vi blir oppfattet av andre. Vår *teoriinnsikt* vil hjelpe oss til å forstå og tolke menneskers atferd. Vi bør også ha *metodeinnsikt* om arbeidsmåter som utvikler menneskers personlige vekst, utvikling og ansvarsfølelse ovenfor sine karrierevalg.

Jeg ønsker å bruke disse tre typer innsikt i diskusjonen om hvordan en AE om life-designing kan inspirere praksis.

#### 6.1.1.1 Personlig innsikt

AE-en om life-designing gir en personlig innsikt, gjennom historiene og selvanalysen, om karriereveilederens livstemaer og refleksiv plan for sitt veiledningsarbeid. Selvanalysen operasjonaliserer etikken knyttet til kritisk refleksivitet. Den viser oss hvordan karriereveilederen ser på omverdenen og kan inspirere leseren til å reflektere over eget overordnet syn på karriereveiledning (Watson 2006). Dermed kan den inspirere leseren til refleksive tanker i forhold til sine egne livstemaer og karriereveiledningsarbeid. AE-en kan senere gi karriereveilederen innsikt i hvordan hun oppfattes *av andre* når arbeidet leses av andre. Hvis AE om life-designing gjøres i en forskningssirkel kan denne type tilbakemelding fås i et forskningsfelleskap.

Grete Marie Skau (2012, s. 58-60) tar opp *personlig kompetanse* som én av tre sider ved profesjonell kompetanse, og som er grunnlaget for de andre to: teoretisk kunnskap og yrkesspesifikke ferdigheter.



Den personlige kompetansen er en nødvendig og gjenkjennbar væremåte i relasjonsarbeid

som utvinnes over tid. Det handler om «hvem vi er ovenfor oss selv og i møtet med andre, og dermed også hvem vi lar andre få være i møtet med oss».

I AE-en har jeg reflektert over meg selv som relasjonsvesen og over mennesker som har farget min sommerfuglvinge med små skjell. Noen viser seg i AE-en mens mange viser seg ikke. Jeg har reflektert over noen i forskningsarbeidet, andre viser seg i andre sammenhenger, og enda flere er ubevisst meg ennå. Jeg har fått en mulighet til å se fellestrekk i min ordbruk og tolke disse. I syntesen finner jeg oppdraget og livstemaer som sier meg noe om hvordan jeg forholder meg til omverden, meg selv og hvem andre får være i møte med meg - også som karriereveileder. Denne refleksjon har gitt rom for kritisk refleksiv tenkning som har munnet ut i tolv måter som jeg skal endre praksis og dermed forbedre kvaliteten av veiledningen som arena for veisøkers refleksivitet.

#### 6.1.1.2 Teoriinnsikt

Jeg ble tipset om en forelesning på USN Vestfold, 'kunst-basert forskning i utdanning og kultur' som tok opp narrativer i forskning. Dette måtte jeg selvfølgelig få med meg. Visdomsord underveis ga perspektiv som passer godt inn i en diskusjon om hvordan AE-en kan gi teoriinnsikt – og dermed inspirere karriereveiledningspraksis:

---

*«Seeing something is also not seeing something else. Our capacity to see depends on what we know from before, it is **always changing**».*  
– Biljana C. Fredriksen, *førsteamanuensis*, USN Vestfold.

---

##### 6.1.1.2.1 SC og CCT som bidrag til Karriereveileders rolleforståelse

Med AE-en om life-designing ser jeg nå betydningen av epistemologien SC og karriereteorien CCT for karriereveiledning.

Fra SC ser vi at viten skapes i relasjoner, og at relasjoner utgjør selvet. SC bidrar dermed til vår rolleforståelse med et syn på selvet som et relasjonsvesen. I møte med veisøkeren er vi gjensidig involvert. Som multi-vesener skaper vi sammen viten og utvikler selvforståelsen.

Jeg ser også språk som mye mer meningsbærende enn det jeg så før.

Vi skal fange opp ord som veisøkeren bruker, men også egne ord. De ord vi velger kommer fra livet vi har levd med livstemaer og oppdrag. SC viser dermed et etisk ansvar som vår rolle innebærer: refleksjon over hvordan egne ord og bakenforliggende livstemaer er med på å farge innhold og retning i veiledningsarbeidet slik at vi kan jobbe med å forbedre vårt eget bidrag i karriereveiledning.

CCT bidrar til vår rolleforståelse med andre metaforer. Karrieren som en kjerre, en fortelling, et prosjekt, et vevestykke eller en livssti. Fra life-designing ser vi livstemaer som tråder i vevestykket eller steiner i livssti. Veisøker fremstilles som forfatter, forteller, redaktør, kritiker og bricoleur. Innenfor dette perspektivet kan vi forstå vår rolle i forbindelse med veisøkerens overgang og narratividentitetsarbeid i forbindelse med et arbeidsliv som er blitt mer turbulent, krevende og har større utrygghet enn det vi er vant med (Lingås, 2018).

CCT bidrar til vår rolleforståelse med tankegods om konstruksjon, dekonstruksjon, rekonstruksjon og samkonstruksjon av karrierefortellingen. Vi inntreffer rollen som tilhører, samtalepartner, biografisk medforfatter, medforteller, medredaktør, medkritiker og med-bricoleur.

---

*“As I said, a way of seeing is a way of not seeing. Sense is made; it is not provided or discovered. What [people] are able to do with a situation is affected by what they bring to it, their **frames of reference**.”*  
– Elliot W. Eisner (2002, s.85)

---

#### 6.1.1.2.2 Rolleforståelsen fra en annen referanseramme i meningsperspektivet

AE-en om life-designing bidrar til rolleforståelsen fra *referanserammen* SC og CCT der relasjoner, språk og narratidentitet får fokus. Audrey Collin (1996 i Hansen 2010) ga et annet viktig bidrag til vår rolleforståelse, altså metaforen *jazzspillere*. Savickas (2016) skriver at life-designing ikke er altomfattende. Vi bør benytte oss av flere innfallsvinkler, gjerne på en eklektisk måte, for å møte den enkeltes behov. Vår rolle som jazzspillere er å kunne faget til fingerspissen og være lyttende, sansende og improviserende i øyeblikket for så å jobbe intuitive med måten vi veileder på.

Utenfor SC og CCT finnes det andre referanserammer for meningsperspektivet. En av disse har en eksistensiell dimensjon som kan bidra til vår rolleforståelse, nemlig *filosofisk- og dannelsesorientert veiledning* (FDV). Finn Torbjørn Hansen (2010) viser til at vi bør trene opp evnen til å *stå i det åpne* med veisøkere som innebærer en estetisk, filosofisk og undrende holdning. Både FDV og LDC flytter blikket på 'mening' oppover til å inkludere mye mer enn kun arbeidslivsmening, det vil si mening i ens funksjon og oppgaver. Savickas (2016) *ser* på mening på tvers av livsroller mens Hansen trekker blikket enda høyere og *ser* (livs)mening som en *eksistensiell* meningsfullhet; i det å være til - å eksistere i en åpen dialog med omverden.

Med FDV-briller kan vi se vår rolle i en ontologisk dimensjon. Da flyttes blikket også utover. Mennesker *tar imot* mening fra livet som vi *er i*, heller enn kun å *skape* mening ut ifra egne narrativer. I FDV er vårt fremste formål som karriereveiledere å tilby en arena for *etisk selvomsorg* (2010, s.126). Det betyr at vi som karriereveiledere lytter fra innsiden av situasjonen, sammen med veisøker, der vi får en dypere forståelse. Vi er tilstede i øyeblikket, dveler i en slags målløs undring med stillhet og tenker på en eksistensiell måte

sammen med veisøker om den. Situasjonen er en del av universelle livssammenhenger som innebefatter alle mennesker. Våre verdier kommer fra å ta del i det kjente alminnelige levde menneskelivet. Vår rolle handle da om å jobbe med (livs)mening *uten* «pragmatiske, kompetanse-, nytte- eller problemorienterte holdninger» (2010, s.125) der veiledningsmetoder har forhåndsbestemte spørsmål og formål. Ved å stå i det åpne og tenke sammen i et genuint undringsfellesskap, går det an å forholde seg til «det Gode, det Sanne, det Skjønne og det Rettferdige» (2010, s.122, 142) i allmennmenneskelig forstand.

Ulikt SC, fremmer FDV at det finnes mening i tilværelsen også *utenfor språk*. Indre dialog og tanker, som et kall av væren, kan ikke alltid uttrykkes med ord. I tenkning forsøker vi å gi uttrykk for livsinntrykk som har stor betydning men som er vanskelig å formulere og vurdere og ikke alltid kan 'sies'. Hansen viser til taus viten som vi ser i kunst. Her finner vi sannhetsopplevelser som ikke kan begripes ut ifra vitenskap, definisjoner, metoder og språk.

AE-ens bidrag til teoriinnsikt inspirerer praksis og vår rolleforståelse, men er samtidig begrenset av sin referanseramme, SC med CCT. Diskusjonen om FDV gir en utvidet referanseramme for, og kan bidra ytterlig til, vår rolleforståelse innenfor et meningsperspektiv.

#### 6.1.2.3 Metodeinnsikt

AE-en gir metodeinnsikt, *techne*, eller yrkesspesifikke ferdigheter på tre forskjellige måter. Den gir innsikt i narrativ veiledning med life-designing, innsikt i en refleksiv narrativ forskningsmetode med autoetnografi og innsikt i forskers egen metode for større medvirkning i valg av metode referert som 'karriereveiledningsmenyen'.

AE-en beskriver life-designing prosesser med CCT. Den presenterer også forskerens selvanalyse og plan for endringer i sin praksis. Fokuset in AE-en vendes dermed fra endringer

hos veisøker til endringer hos veileder. Metodeinnsikten gir utgangspunkt for personlig vekst og ansvarsfølelse for karrierevalg, både for veisøkere i life-designing og for veiledere i arbeid med refleksiv kvalitet i egen praksis.

Det står i de etiske retningslinjer for veiledere utgitt av Kompetanse Norge og Rådgiver Forum at vi skal være bevisst makten i vår rolle, reflektere over egen praksis og kontinuerlig evaluere den. Rådgiver Forum legger til at vi skal stimulere [veisøkeren] til å selv reflektere over sin situasjon. En AE om life-designing viser en karriereveileders arbeid med etikken knyttet til kritisk refleksivitet som møter nettopp disse etiske krav. Mer forskning på hvordan veiledere kan få frem egne livstemaer og reflektere over disse synes å være på sin plass når vi skal bistå andre med å finne mening og sammenheng i sine historier.

Karriereveiledere forventes fremover å tilby 'blended-guidance'. Veisøkere vil ha «på ulike tidspunkt tilgang til flere former for karriereveiledning som bidrar til å styrke hverandre i et helhetlig system» slik at veisøkere «til enhver tid kan benytte seg av den veiledningsressursen de trenger» (Kunnskapsdepartementet, 2015, s. 61). Karriereveiledere skal kunne skifte metode etter veisøkers endrende behov. Noen vil ha behov for informasjon, andre vil ha behov for læring og andre vil ha behov for veiledning for å finne sammenheng og mening i videre karrierevalg. I AE-en bruker jeg en 'meny' som et slags samtaleverktøy som hjelper å finne frem til type tjeneste som kan best møter veisøkers behov.

I veiledning med Peter Plant ble det igjen synlig for meg at jeg trives best i ukjent terreng og i søken etter flere muligheter.

*«Jeg var så disiplinert i høst med å følge 'menyen' og finne frem til de som ønsket å prøve CCI. Så var det prosessen med å bli kjent med CCI, og med transkribering, der jeg*

*fargela samtale. Men nå på vårparten, har det hele sklidd ut, og jeg har valgt veiledningsmetoden mer fritt og intuitivt etter bestillingen og situasjonen til veisøker, heller enn å bruke «menyen». Hva kan dette komme av? «Men, metoden er som oppskrift.»*

*«Ja, og jeg er ikke noe særlig trofast til oppskrifter.» Hm. Der sier du noe. Jeg har jo aldri likt å holde på med oppskrifter, og finner gjerne på min egen vri. Nå som jeg kjenner CCI, og er bekvem med hva jeg egentlig lytter etter, fletter jeg CCI-spørsmål i andre måter å veilede på, der de dukker opp som nyttige redskaper. CCI er som en oppskrift i en større kokebok som kan flettes sammen med andre oppskrifter i andre kokebøker; matching og utvikling. Man kan vel ta elementer fra forskjellige oppskrifter og blande disse. Eller velge å la være, og heller 'stå i det åpne'.» «nettopp.»*

Den profesjonelle veilederen trenger innsikt i ingrediensene som kreves i 'oppskriften' – personlig innsikt, teoriinnsikt og metodeinnsikt – for så å blande og eksperimentere med disse. Når vi forstår ingrediensene, kan vi jobbe eklektisk som jazzspillere og velge metoder eller 'stå i det åpne' ut ifra kommunikasjonsrytmen vi finner sammen med veisøkeren.

## 6.2 Life Design (LD) - et karriereteoretiske paradigme?

Under en av våre første veiledningsmøter spør Peter Plant om jeg kan fundere på følgende.

*«Hvordan kan dette være et «nyt» paradigme, når Life Design inneholder kendte elementer som fx narrative tilgange på et (social)konstruktivistisk grunnlag. Hvilke egentlig nye metoder inneholder Life Design?»*

Vitenskapshistorikeren Thomas Kuhn på 70-tallet fremstiller ifølge Nyeng (2012) at «vitenskap har gjennom historie utviklet seg



med store sprang hvor *verdensbilder* erstatter hverandre og teori bygges opp på nytt». Når forskningsfellesskapet innenfor en disiplin er enige om hvordan verden ser ut, hvilke perspektiver, teorier og data er relevante og hva som er mønstergyldig, kan perioden betegnes som *paradigme*. Paradigmeskift oppstår som kamp mellom nye og gamle måter å skape virkelighetsbilder på, men er vanligvis ikke selv gjenstand for undersøkelse (Nyeng, 2012; Tjora, 2011).

I karriereveiledningsfagfeltet er det enighet om at det har skjedd 'store sprang' med endring i verdensbildet knyttet til faget. Hvor store og hvor mange endringer som finnes er det imidlertid uenighet om. Er de store nok til å kalles paradigmer? Kan 'strømninger' være en bedre beskrivelse (Lovén, 2011, 2015)? Uenigheten henger sammen med de vitenskapsteoretiske retninger som legges til grunn og tilhørende former for praksis (Norendal, 2018). Eksempelvis fremmer Peter Plant (2014, 2015) et samfunnssolidarisk, bærekraftig og økologisk perspektiv på karriereveiledningspraksis som alternativ til det rådende individualistiske- og økonomiske. Kan et Life Design-paradigme romme også disse perspektiver? Er det en enighet om hvordan verden ser ut, da?

Life Design Research Group samlet vitenskapelige idéer tuftet på postmodernistiske og sosialkonstruksjonistiske perspektiver der narrativitet, kontekst, systemtenkning og sosial rettferdighet er blant de sentrale temaer. Savickas (2008) gir ære for opphavet av det nåværende meningsfokuserte paradigmet til David Tiedeman, som på 60-tallet omtalte «the paradigm of purposeful action» om å veilede med fokus på kall. Narrative- og konstruktivistiske tanker og metoder har vært i bruk før Life Design ble navngitt som paradigme, noe Savickas (2012, s.15) bekrefter ved å si at et nytt paradigme er implisitt grunnet metodene som har kommet og som deler samme mål: å fremme meningsfulle aktiviteter som igjen fremmer

dannelse, former identitet og bygger karriere.

Vi kan se likhetstrekk mellom betegnelsen *Life Design*-paradigme og andre betegnelser på lignende endringer i fagfeltets verdensbilde. Anders Lovéns (2011) beskriver de som *sosiologiske og postmodernistiske* 'tradisjoner'. Ragnvald Kvalsund (2015) bruker betegnelsen *det postindustrielle samfunnet*. Erik Hagaseth Haug (2016) beskriver med *konstruktivistisk* 'paradigme'. Kirsten Marie Norendal (2018) argumenterer for *career counseling* som betegnelse for praksisformen, og er ellers enig med Haug. Jenny Bimrose (2017) bruker betegnelsen *psykodynamisk* 'approach'. Jeg finner Mark Savickas' betegnelse, *Life Design*, som treffende i forhold til kurante endringer i fagfeltets verdensbilde. Jeg er likevel usikker på om alle perspektiver på endringene kan forenes nok til å kalles et paradigme.

Forskning viser at brukerne av veiledningstjenester er lite involvert i valg av veiledningsmetoder eller i utvikling av tjenestens kvalitet (Plant, 2012; Vilhjálmsdóttir et al., 2011). Hvis vi skal bli flinkere å involvere brukerne, skal vi også kunne fortelle om verdensbilde som ligger til grunn for vår veiledningspraksis. Jeg mener at disse betegnelsebør være lettfattelige for ulike mennesker. Begrepene sosiologisk, postmodernistisk, post-industriell, psykodynamisk og konstruktivistisk blir da altfor tungvint og akademisk.

*Life Design* som begrep er lett forståelig og det inviterer til handling. Trykket legges på det vi gjør sammen (designer) heller enn noe vi får (counseling) av ekspertisen. Begrepet åpner dermed for et SC-samspill der 'the magic lies between' (se s. 11). *Life* inkluderer både yrkes- og livskarriere og impliserer at også annen type samfunnsdeltakelse kan være viktige arenaer for veisøker å ta hensyn til i forbindelse med karrierevalg. *Design* antyder en iboende agens og omsorg for det meningsfulle i livet.

Etter å fundere over Peters spørsmål ser jeg at dagens endringer kan innebære at veiledere praktiserer ut i fra like kurante, men lite forenelige verdensbilder. Med SC-briller er jeg oppmerksom på det som skjer i relasjonen, historiene og ordbruken for å finne rettesnor og neste kapittel. Med filosofiske briller på undrer jeg eksistensielt uten definerte formål og metoder. Med grønne briller på veileder jeg i forhold til bærekraftighet for både veisøker, samfunn og kloden. Det finnes sikkert flere verdensbilder i dagens globale samfunn som jeg enda ikke kjenner til. Etter mitt syn er det viktigste som karriereveileder å kjenne disse verdensbilder og benytte seg av mulighetene de gir som jazzspiller i karriereveiledning.

### 6.3 Kritikk av Life Design (LD)

Som nevnt innledningsvis har Højdal, Valgreen og Svendsrud hver for seg kommet med kritikk av Life Design.

Højdal (2017) hevder at det å konstruere egen karriere er utenfor rekkevidde for folk flest og at vi med fokus på karrierekonstruksjon legger ansvaret for endring ensidig på individet. Dermed «mister vi av syne de kontekstuelle faktorene som potensielt kan ha langt større betydning for menneskers karriereforløp». Højdal, sammen med Irwing og Borgen (2016, s.1), argumenterer for at LD-paradigmet bør engasjere seg mer effektivt med «de sosio-kulturelle og politiske virkeligheter av og begrensninger på livs- og karrierekonstruksjon». Svendsrud (2015, s. 50) skriver at life-designing «kan lett bli et verktøy som favoriserer mennesker som er intellektuelt sterke og liker å reflektere, men vil kanskje være mindre egnet som metodikk for et tverrsnitt av en befolkning». Valgreen (2017) legger vekt på at Savickas' (2015b) manual for life-designing kan være «for instrumentell og ufri med en stram struktur av faste spørsmål». Dette hevder hun kan begrense og redusere Life Design-konseptet.

Højdal bidrar med et viktig syn som minner oss på de strukturelle begrensninger som omringer den enkelte. Våre liv er betinget av ytre rammer som kan være utenfor våre valgmuligheter. Etter mitt syn skygger dette fokuset for mulighetene life-designing gir som kan øke valgmulighetene innenfor vår rekkevidde. Life-designing åpner for bevisstgjøring om livstemaer og refleksive prosesser når vi har behov for å skive fortellingen vår videre. Livstemaer som kommer frem bærer mening og kan jobbes med i andre arenaer i livet når de ikke får utløp i yrkeslivet.

Ved å kritisere Savickas' manual belyser Valgreen verdien i å ha ulike fremgangsmåter for narrativ karriereveiledning. Begrepet 'manual' kan forstås som gjeldende oppskrift for LDC. Det er her en misforståelse kan ha oppstått. Manualen er riktignok en oppskrift for 'life-designing' (CCC med CCI), men omfatter ikke alle former for LDC. Savickas (2011; 2012) skriver at life-designing er en av flere måter å veilede på innen LDC og ønsker flere narrative karriereveiledningsmetoder velkommen. Manualen etter mitt syn er et viktig bidrag da den går nøye til verks i tankegangen til life-designing.

Svendsrud viser til life-designing som en refleksjonsmetode. Samtidig viser han ikke til forskning eller til erfaringer med life-designing som underbygger hans påstander at det kun fungerer for de 'intellektuelt sterke'. Norendal (2018) viser til forskning i Sør-Afrika av Maree (2016) med case-studies der vanskeligstilte individer opplever stort utbytte av metoden. Av egne erfaringer ser jeg at mennesker på tvers av samfunnet klarer å finne mening i sine beskrivelser av rollemodeller, foretrukne hverdagsmedier og yndlingsfilm eller bok. Folk har ordtak som de liker og det er valgfritt å fortelle om minner fra barndommen. Veileders egen trygghet i life-designing og en avklaring med veisøker om hva de kan ha mest utbytte av i veiledning er mest avgjørende.

## 7 Konklusjon

«So, what do narratives have to do with me?» you might ask. 'Everything' might be a good answer. Where would we be without our stories?» – Kenneth Gergen (2015 s. 41)

Autoetnografien (AE) om life-designing forsøker å bidra til refleksiv kvalitet i karriereveiledning. Jeg presenterer *ny praksis* med en forskningsmetode og en karriereveiledningsmetode som er lite kjent i norsk kontekst. AE brukes fordi det samsvarer med life-designing både i heuristikk med narrativ-analyse og i ontologi og epistemologi med sosialkonstruksjonismen (SC).

Avstanden som vanligvis finnes mellom forsker, leser og forskningssubjekt viskes bort og mine egne erfaringer er gjort til undersøkelsesemne. Jeg deler erfaringer som student-karriereveileder og karrieresenter-karriereveileder mens jeg lærer om Life Design counseling og praktiserer life-designing. Jeg forteller min karrierehistorie for å gi leseren et bredere perspektiv på hvem jeg er.

Etikken knyttet til kritisk refleksivitet krever selvrefleksjon over veilederens bidrag i karriereveiledning. Etikens filosofiske prinsipper innebærer at jeg godtar kritiske forskningsmetoder som kan og bør påvirke meg; en analyse om meg selv, av meg selv og under tilsyn av andre (McIlveen, 2015).

Min selvanalyse tar form som en hermeneutisk forskningssyntese. Jeg samler meningsfulle ord og uttrykk fra avhandlingens kapitler 1 – 4 og finner fellestrekk i språkbruken. Syntesen fører til at sju livstemaer kommer til syne. Av disse finner jeg mitt 'hovedoppdrag': *samhold*. Dette blir en åpenbaring som gir perspektiv til de andre seks livstemaer. Disse personlige funn gir meg mulighet til å reflektere i forbindelse med karriereveilederrollen og praksis, og fører til en refleksiv plan for forbedringer. Mine

historier, beskrivelser, funn og refleksjoner er ment til å røre ved leseren og dermed være kilde til leserens egne oppdagelser og refleksive handlinger; de egentlige resultater av AE-forskning.

Jeg diskuterer hvordan en AE om life-designing kan bidra til å inspirere karriereveiledningspraksis, bedre refleksiv kvalitet og bidra til rolleforståelse. Jeg argumenterer for at videre autoetnografisk arbeid kan skje i forskningssirkler der et større fellesskap kan gi andre muligheter. Jeg innser begrensninger med autoetnografien om life-designing blant annet fordi den tar utgangspunkt i ett av flere verdensbilder for karriereveiledning. Videre diskuterer jeg paradigmebegrepet. Jeg argumenterer for at Life Design er en god og brukbar betegnelse for mange av endringene i fagfeltet, men vanskelig å bruke som betegnelse for samtlige endringer. Jeg avrunder avhandlingen med å vurdere kritikken til Life Design. Jeg retter fokus på den verdifulle bevisstgjøringen som skjer i life-designing når metoden først avklares med veisøker og brukes av veiledere med trygghet på metoden.

Når jeg begynte forskningsarbeidet var jeg opptatt av at det skulle være et bidrag til fagfeltet i forbindelse med kvalitet i karriereveiledningspraksis. Jeg ville også se klarere hvordan min praksis kan bli anerkjent etter masterutdanningen. Det viser seg underveis i forskningsteksten at etikken knyttet til kritisk refleksivitet kan fordre veiledere til en bevisstgjøring og nye handlinger som kan øke karriereveiledningens refleksive kvalitet. Autoetnografien om life-designing har dermed bidratt til å heve *prosesskvalitet*; større personlig innsikt, teoriinnsikt og metodeinnsikt.

*Mutatis, Mutandis!*

*Jeg forandrer, og når det blir forandret, så er det med en nødvendighet! – et latinsk uttrykk fra middelalderen*





## 8 Referanser

- Bateson, N., Abraham, R., Bateson, L. & Bateson, M. C. (2011). *An Ecology of mind : a daughter's portrait of Gregory Bateson*. Oley, Pa: Bullfrog.
- Blustein, D. (1997). A context-rich perspective on career exploration across life roles. . *The Career Development Quarterly*, 45, 260 - 274.
- Bobek, B. L. H., Mary Ann & Robbins, S. B. (2012). *Counseling Adults for Career Transitions*. I S. D. L. Brown, Robert W. (Red.), *Career Development and Counseling: Putting Theory and Research to Work* (s. 653 - 682): Wiley & Sons Incorporated.
- Cochran, L. (1997). *Career Counseling : A Narrative Approach*. Thousand Oaks, Calif: Sage Publications.
- Cohen-Scali, V. R., Jérôme; Nota, Laura (Red.). (2018). *New Perspectives on Career Counseling and Guidance in Europe. Building Careers in Changing and Diverse Societies*. Cham, Switzerland: Springer.
- Dolin, J. (2001). *Konstruktivismen - enhed og mangfoldighed* I Undervisningsministeriet (Red.), *At lære fysik*. Danmark: Undervisningsministeriet.
- Eisner, E. W. (2002). *The Arts and the Creation of Mind*. New Haven & London: Yale University Press.
- Ellis, C. & Bochner, A. P. (2000). Autoethnography, Personal Narrative, Reflexivity. Researcher as Subject. I N. K. L. Denzin, Yvonna S. (Red.), *Handbook of Qualitative Research* (2nd utg., s. 733 - 768). Thousand Oaks, California, USA: Sage Publications, Inc.,
- Ellis, C. B., A. (2011). Autoethnography: An Overview. *Forum: Qualitative Social Research*, 12(1).
- Fredriksen, B. C. (2013). *Begripe med kroppen: Barns erfaringer som grunnlag for all læring*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Gaarder, I. E. & Gravås, T. F. (2011). Introduksjon: Hva er karriereveiledning? I T. F. Gravås & I. E. Gaarder (Red.), *Karriereveiledning* (s. 13-32). Oslo: Universitetsforlaget.
- Gelatt, H. B. (1989). Positive Uncertainty: A New Decision-Making Framework for Counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 36(2), 252-256.
- Gergen, K. J. (2009). *Relational Being - Beyond self and community*: Oxford University Press.
- Gergen, K. J. (2015). *An invitation til social Construction* (3. edition utg.): Sage Publications Ltd.
- Guichard, J. (2005). Life-Long Self-Construction. *International Journal for Educational and Vocational Guidance*(5), 111–124. doi: 10.1007/s10775-005-8789-y
- Hansen, F. T. (2010). Livsmening, tavs viden og filosofisk vejledning. I P. Plant (Red.), *Vejbred : en antologi om vejledning* (s. 121-152). København: Forfatterne og Aarhus Universitetsforlag.
- Hartung, P. (2016, 18.10.16). *Building Skills for Career Construction Counseling*. Paper presentert på Åpent fagseminar; Life Design og karriereveiledning, Universitetet i Sørøst-Norge (USN) Drammen, tidligere HSN.
- Hartung, P., Savickas, M. L. & Walsh, W. B. (Red.). (2015). *APA handbook of career intervention*. (Vol. 1). Washington, DC: Foundations.
- Hartviksen, M. & Kversøy, K. (2008). *Samarbeid og konflikt - to sider av samme sak*. Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørke AS.
- Haug, E. H. (2018). *Nasjonalt kvalitetsrammeverk for karriereveiledning – et kunnskapsgrunnlag* <https://www.kompetansenorge.no>.
- Haug, E. H., Plant, P. (2015). Research-based knowledge: researchers' contribution to evidence-based practice and policy making in career guidance. *International Journal of Educational and Vocational Guidance*. doi: 10.1007/s10775-015-9294-6
- Helleberg Bahri, K. A. (2016). Inside - Extra (s. [http://unionscene.no/program/detalj/kunst\\_kari\\_anne\\_helleberg\\_bahri\\_inside\\_extra](http://unionscene.no/program/detalj/kunst_kari_anne_helleberg_bahri_inside_extra)). Drammen: Buskerud Kunstsenter.
- Holland, J. L. (Red.). (1997). *Making Vocational Choices. A Theory of Vocational Personalities and Work Environments* (3 utg.). Lutz, Florida: Psychological Assessment Resources, Inc.

- Højdal, L. (2017). Kan vi designe vårt liv og vår karriere? Hentet fra <http://veiledersforum.no/content/kan-vi-designe-vårt-liv-og-vår-karriere>
- Højdal, L., Irving, B. A. & Borgen, W. (2016). *Re/viewing the life-design career paradigm: Critical reflections and re/constructions*. Paper presentert på International Conference of the IAEVG, Madrid, Spain.
- King, Z. (2004). Career Self-Management: Its Nature, Causes and Consequences. *Journal of Vocational Behavior*, 65(1), 112-133. doi: 10.1016/S0001-8791(03)00052-6
- Kjærgård, R. (2012). *Karriereveiledningens genealogi. Den suverene stats regulering av det frie utdannings- og yrkesvalg*. (Ph.D. avhandling). Aarhus Universitet, København NV.
- Kompetansenorge. (2016). Etiske retningslinjer for fylkesvise karrieresentre. Hentet fra <https://www.kompetansenorge.no/Karriereveiledning/etiske-retningslinjer-for-fylkesvise-karrieresentre/>
- Krumboltz, J. D. (2009). The Happenstance Learning Theory. *Journal of Career Assessment*, 17(2), 135-154. doi: 10.1177/1069072708328861
- Kunnskapsdepartementet. (2015). *Karriereveiledning i en digital verden – delrapport fra Karriereveiledningsutvalget* Oslo: Hentet fra <https://www.regjeringen.no/>.
- Lent, R. W. (2005). A Social Cognitive View of Career Development and Counseling. I S. D. L. Brown, Robert W. (Red.), *Career development and counseling: Putting theory and research to work* (s. 101-127). Hoboken, NJ, USA: John Wiley & Sons Inc.
- Lingås, L. G., Muren, T. (2018). Karriererettleiing mellom individ og samfunn – ei etisk utfordring? Hentet fra <http://veiledersforum.no/>
- Lovén, A. (2011). Trenger vi teorier i veiledning? I T. F. Gravås & I. E. Gaarder (Red.), *Karriereveiledning* (s. 35-55). Oslo: Universitetsforlaget.
- Lovén, A. (2015). Teorier inom vägledningsfältet. I A. Lovén (Red.), *Karriärvägledning : en forskningsöversikt* (s. 63-99). Lund: Studentlitteratur.
- McIlveen, P. (2007). The Genuine Scientist-practioner in Vocational Psychology: An autoethnography. *Qualitative Research in Psychology*, 4, 295 - 311. doi: 10.1080/14780880701522403
- McIlveen, P. (2008). Locating the researcher and practitioner: Autoethnography as a method of reflexive research and practice. Hentet fra <http://slideplayer.com/slide/7494136/>
- McIlveen, P. (2015). A Reflexive Research Approach to Professional Competencies for Life Design. I L. R. Nota, Jérôme (Red.), *Handbook of Life Design: From Practice to Theory and Theory to Practice* (s. 269 - 282). Göttingen, Tyskland: Hogrefe Publishing.
- McIlveen, P., Midgley, W. (2015). A Philosophical Consideration of Qualitative Career Assessment. I M. W. McMahon, M. (Red.), *Career Assessment: Qualitative Approaches* (s. 13 - 20): Sense Publishers.
- Noble, K., McIlveen, P. (2012). Being, Knowing and Doing: A Model for Reflexivity in Social Constructionist Practices. I W. Patton (Red.), *Social Constructionism in Vocational Psychology and Career Development* (Vol. 28, s. 105 - 114): Sense Publishers.
- Norendal, K. M. (2018). Life Design i Norge - en vei til meningsskaping for individet. I P. Plant (Red.), *Karriereveiledning for individ og samfunn* (s. 206 - 228). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.
- Nota, L. & Rossier, J. (2015). *Handbook of Life Design - From Practice to Theory and from Theory to Practice*. Göttingen, Tyskland: Hogrefe Publishing.
- Nyeng, F. (2012). *Nøkkelpbegreper i Forskningsmetode og vitenskapsteori*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Parsons, F. (1909). *Choosing a Vocation*. . London: Gay & Hancock, Ltd.
- Patton, W. & McMahon, M. (1999). *Career development and systems theory : a new relationship*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Peavy, V. (1998). *SocioDynamic Counselling*. Victoria,B.C: Trafford Publishers.
- Plant, P. (2012). Quality Assurance and Evidence in Career Guidance in Europe: Counting What Is Measured or Measuring What Counts? *International Journal for Educational and Vocational Guidance*, 12(2), 91-104. doi: 10.1007/s10775-011-9195-2

- Plant, P. (2014). Green Guidance (V. HBV, HiL, Overs.). I G. Arulmani, Bakshi, A. J., Leong, F. T. L., Watts, A. G. (Red.), *Handbook of Career Development. International Perspectives*. (s. 309-317). New York: Springer.
- Plant, P. (2015). *Green Guidance: Guidance for the Future*. Paper presentert på Revista Española De Orientación y Psicopedagogia.
- Røyset, R. J. K., Kjell Helge. (2017). *Utdanningsvalg - karrierelæring og livsmestring*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Rådgiverforum. (2017). Etiske retningslinjer for veiledere. Hentet fra [http://www.rf-n.no/index.php?pageID=120&page=etiske\\_retningslinjer\\_for\\_veiledere](http://www.rf-n.no/index.php?pageID=120&page=etiske_retningslinjer_for_veiledere)
- Sandmo, E. (1999). Michel Foucault som Makteoretiker. I F. Engelstad (Red.), *Om Makt: Teori og kritikk* (s. 79-96). Oslo: Ad Nitam Gyldendal.
- Savickas, M. L. (1989). Career-style assessment and counseling. I T. Sweeney (Red.), *Adlerian counseling: A practical approach for a new decade* (3rd utg., s. 289–320). Muncie, IN: Accelerated Development Press.
- Savickas, M. L. (1997). Career Adaptability: An Integrative Construct for Life-Span, Life-Space Theory. *The Career Development Quarterly*, 45, 247 - 259.
- Savickas, M. L. (2002). Career Construction: A Developmental Theory of Vocational Behavior. I D. Brown (Red.), *Career Choice and Development* (Fourth utg.). Hoboken, NJ, USA: John Wiley
- Savickas, M. L. (2005). Career Construction Theory and Practice. I R. W. B. Lent, S.D. (Red.), *Career development and counseling: Putting theory and research to work (red)* (s. 42 - 70). Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons.
- Savickas, M. L. (2008). David V. Tiedeman: Engineer of Career Construction. *The Career Development Quarterly*, 56, 217-224.
- Savickas, M. L. (2009). Career Counseling Over Time Series VIII - Psychotherapy in six sessions: American Psychological Association. Hentet fra <http://www.youtube.com/watch?v=uqz-5ny8T-s>
- Savickas, M. L. (2011). *Career Counseling* (1 utg.). Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Savickas, M. L. (2011). The Self in Vocational Psychology: Object, Subject and Project. I P. S. Hartung, L.M. (Red.), *Developing self in work and careers: Concepts, cases and context* (s. 17-33). Washington, DC: APA Press.
- Savickas, M. L. (2012). Life Design: A Paradigm for Career Intervention in the 21st Century. *Journal of Counseling & Development*, 90(1), 13-19. doi: 10.1111/j.1556-6676.2012.00002.x
- Savickas, M. L. (2013). *The 2012 Leona Tyler Award Address: Constructing careers - Actors, agents and authors*. Paper presentert på The 2011 Leona Tyler Award Address.
- Savickas, M. L. (2013). Career Construction Theory and Practice. I R. W. B. Lent, S.D. (Red.), *Career development and counselling: Putting theory and research to work* (2 utg., s. 147 - 183). Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons.
- Savickas, M. L. (2013, 20.-22.06.2013). Life Designing: Balancing work and love [Foredrag]. Hentet fra <http://www.youtube.com/watch?v=uqz-5ny8T-s>
- Savickas, M. L. (2015a). Career Counseling Paradigms: Guiding, Developing, and Designing. I P. S. Hartung, Mark & W. Walsh (Red.), *The APA Handbook of Career Interventions* (s. 129-143). Washington, DC: APA Press.
- Savickas, M. L. (2015b). *Life-Design Counseling Manual*. <http://www.vocopher.com/LifeDesign/LifeDesign.pdf>.
- Savickas, M. L. (2015). Life Designing with Adults - Developmental Individualization Using Biographical Briocolage. I L. R. Nota, Jérôme (Red.), *Handbook of Life Design: From Practice to Theory and Theory to Practice* (s. 135 - 150). Göttingen, Tyskland: Hogrefe Publishing.
- Savickas, M. L. (2016). Meaning at work, working at Meaning. *Conference presentation*. Chicago, Illinois: Career Construction Institute. (June 30-July 2).

- Savickas, M. L. (2016). Reflection and reflexivity during life-design interventions: Comments on Career Construction Counseling. *Journal of Vocational Behavior*, 97, 84-89. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2016.09.001>
- Savickas, M. L. (2017). Career Construction Institute. Hentet fra <http://www.careerconstructioninstitute.org/>
- Savickas, M. L. & Guichard, J. (2016). Symposium Introduction: Reflexivity in Life Designing Interventions. *Journal of Vocational Behavior*, 97, 1-2. doi: 0001-8791/
- Savickas, M. L., Nota, L., Rossier, J., Dauwalder, J.-P., Daurte, M. E., Guichard, J., . . . Van Vianen, A. E. M. (2009). Life designing: A Paradigm for career construction in the 21st Century. *Journal of Vocational Behavior*, 75, 239-250. doi: 10.1016
- Sher, B. (1998). *It's Only Too Late If You Don't Start Now*: Dell Publishing.
- Skau, G. M. (2012). Personlig kompetanse – en dobbel utfordring i veiledning. I A. K. Ulvestad & F. U. Kärki (Red.), *Flerstemt veiledning*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Sultana, R. & Watts, T. (2004). *Career Guidance: A Handbook for Policy Makers*. Paris: OECD.
- Super, D. E. (1953). A theory of vocational development. *American Psychologist* 8, 185 -190.
- Svendsrud, A. (2015). *Karriereveiledning i et karrierelæringsperspektiv*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Tjora, A. (2011). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3. utg. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Valgreen, H. (2013). *Refleksjon og fællesskab – kollektiv narrativ praksis i karriereveiledningen*.
- Valgreen, H. (2017). Life-Design i karriereveiledningen: Fra paradigmeskift til manual. *Vejlederen*, 16 - 17.
- Vilhjálmsson, G. D., Andrea G., Kjartansdóttir, G. B. & contributors, a. (2011). Voice of users: Promoting quality of guidance for adults in the Nordic countries. I N. N. f. A. Learning (Red.).
- Watson, M. (2006). Career counselling theory, culture and constructivism. I M. McMahon (Red.), *Career Counselling: Constructivist Approaches* (s. 45 - 56): Routledge.
- Weber, P. C. K., Johannes; Cohen-Scali, Valérie; Mulvey, Rachel; Nota, Laura; Rossier, Jérôme; Thomsen, Rie. (2018). European Research Agenda for Career Guidance and Counselling. I V. R. Cohen-Scali, Jérôme; Nota, Laura (Red.), *New Perspectives on Career Counseling and Guidance in Europe: Building Careers in Changing and Diverse Societies* (s. 219 - 250). Cham, Switzerland: Springer.
- Young, R. A. C., A. . (2004). Introduction: Constructivism and social constructionism in the career field. *Journal of Vocational Behavior* ( 64 ), 373–388. doi: 10.1016/j.jvb.2003.12.005



## 9 Vedlegg

Bilder og tabell

Tabell 1, s.

**COUNSELOR** Perspective  $\rightleftharpoons$  Philosophy  $\rightleftharpoons$  Paradigm  $\rightleftharpoons$  Processes **CLIENT**

**Parameters of Career Counseling Approaches**

Paradigm	Perspective	Philosophy of science	Processes
Vocational guidance	Empiricism	Formist	Guiding, advising, placing
Career development	Humanism	Organismic	Educating, coaching, facilitating, psychological counseling
Life designing	Constructionism	Contextualist	Designing, healing

(Savickas 2015, s.130 &140)

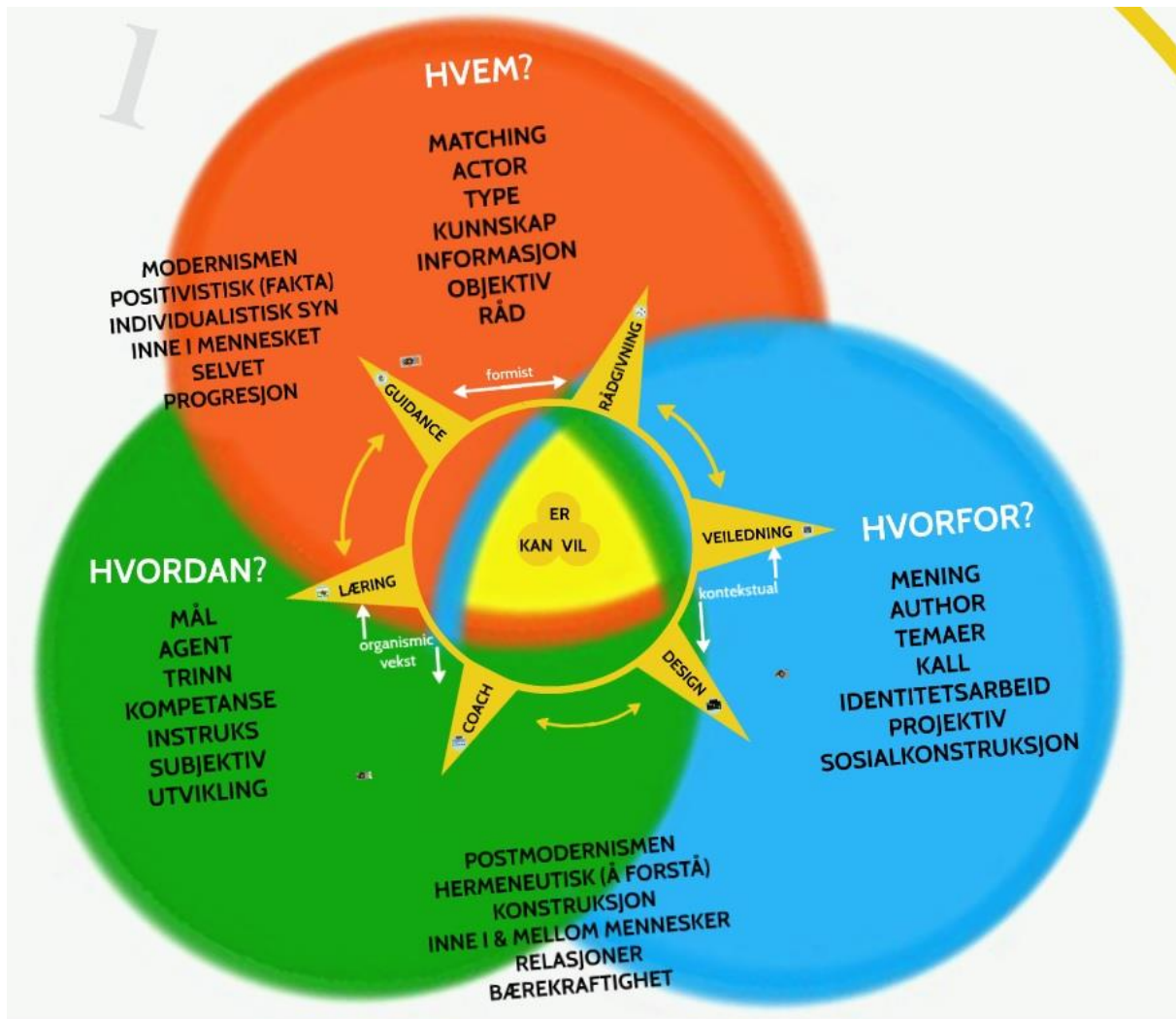
Bilde 1, s.



(Savickas 2013, frame 37:12)

Bilder og tabell

Bilde 2



Bilde 3



(Savickas, 2011 oversatt av Norendal, Quagliata & Vassbotn, 2016)

VEDLEGG NR: 1

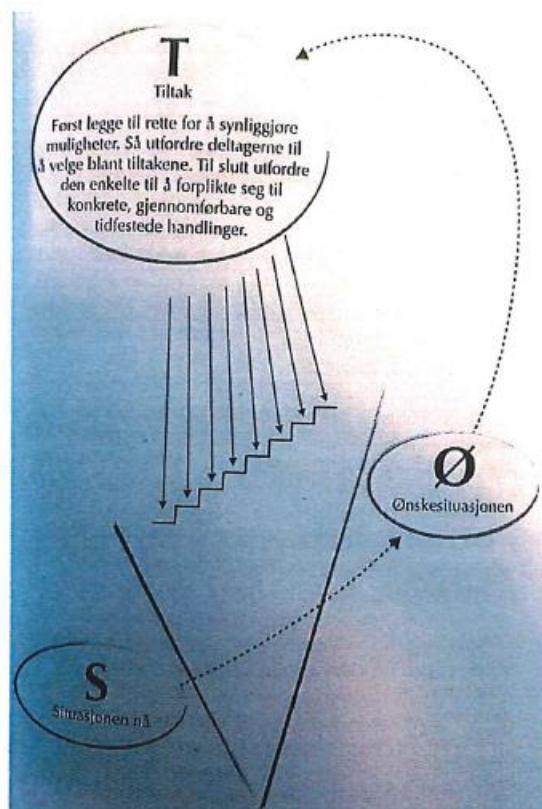
Bilde 4 CCI Spørsmål

**SPØRSMÅL**

Hvordan kan jeg være til nytte i din prosess med å utvikle din karrierevei videre?

1. Hvem var dine viktigste rollemodeller da du var liten? Fortell meg hvordan du opplevde ham/henne.
2. Leser du noen blader jevnlig eller ser på noen faste TV-programmer eller nettsider? Hvilke? Hva er det du liker ved disse?
3. Hva er din nåværende favorittbok eller -film? Fortell meg hva den handler om.
4. Hva er ditt favorittuttrykk eller favorittmotto?
5. Hva er dine tidligste minner? Jeg er interessert i å høre tre historier om noe du husker skjedde deg da du var mellom 3-6 år, eller så langt tilbake som du klarer å huske.

(Savickas, 2011 oversatt av Norendal, Quagliata & Vassbotn,



Bilde 5, Temaer til livsportrettet

Bilde 6, SØT-modell (Hartviksen og Kversøy, 2008, s.31)

HENSIKT	SPØRSMÅL	DEL
karriereveiledningens mål; «sette» SCENEN	eg være <u>til nytte</u> i din prosess din karrierevei videre?	HANDLING
egenskaper, trekk; SELVBILDE	ine viktigste rollemodeller da eg hvordan du opplevde ham	HOVED- PERSON
klargjøre interesser, Indikere ARBEIDS- OMGIVELSER	en blader jevnlig eller ser på i er <u>nettsider</u> ? Hvilke? Hva er i disse?	UTFORSKER
livsplan for å koble sammen selvbilde med omgivelser; gir et «MANUS»	nåværende favorittbok eller meg hva den handler om.	FORFATTER
tilbyr en LØSNING	itt favorittuttrykk eller favor	RÅD
gir et PERSPEKTIV på nåværende utfordring	tidligste minner? Jeg er inter om noe du husker skjedde di eller så langt tilbake som du	HOVED- TEMA(ER)

(Savickas, 2011 oversatt av Norendal, Quagliata & Vassbotn, 2016)



**Tabell 2**

Aldergrupper til personer i karriereveiledning hos meg 2017-2018				
19 - 29 år	30 - 40 år	41 - 50 år	51 - 67 år	
45 %	32 %	16 %	7 %	
Kilde til informasjon om karrieresenteret - for personer i karriereveiledning hos meg i 2017 - 2018				
Nettverk	Nett	Skoler	Introduksjons- program	NAV
24 %	13 %	20 %	12 %	31 %
Nasjonal tilhørighet til personer i karriereveiledning hos meg 2017-2018				
Norsk / Nordisk	Europelsk	Øvrige verdensdeler		
46 %	11 %	43 %		
Utdanningsbakgrunn til personer i karriereveiledning hos meg 2017-2018				
Bachelor-, master- eller doktorgrad	Fagskolekandidat	Generell studiekompetanse (GSK)	VGS uten GSK	Fag- brev
26 %	3 %	8 %	28 %	10 %
				Grunnskole
				Ikke fullført grunnskole
				16 %
				4 %

**Tabell 3**

Table 1

Diverse terms for the four phases in life-design interventions.

Client operations Watson and Rennie (1994)	Client experience Savickas (2015)	Learning cycle Kolb (1984)	Career Construction Counseling Savickas (2011)	Life- & Career Design Dialogues Guichard (2008)	Metaphors Lengelle et al. (2016)	Career learning Law (1996)	Internal dialogues Meijers and Lengelle (2012)
Symbolic representation	Tension	Concrete experience	Construct	Construct		Sense	I-positions
Reflexive self-examination	Attention	Reflective observation	Deconstruct	Explore	Nudge	Sift	Expanded I-positions
New realizations	Intention	Abstract conceptualization	Reconstruct	Reorganize	Thread	Focus	Meta-position
Revisioning self	Extension	Active experimentation	Co-construct	Translate & project	Crystallize	Understand	Promoter position

(Savickas 2016, s. 88. *Reflection and reflexivity during life-design interventions: Comments on CCC*)

**Tabell 4**

Aldersgrupper - 12 life-designing prosesser, høst 2017		
19-24 år	25-30 år	30-67 år
5	4	3
Arbidsforhold - 12 life-designing prosesser, høst 2017		
i arbeid	jobbsøker	sykmeldt
6	5	1
Utdanningsnivå - 12 life-designing prosesser, høst 2017		
Høyere utdanning	Videregående skole	Ikke bestått eller har ufullstendig VGS
5	3	4
Kjennskap til karrieresenteret - 12 life-designing prosesser, høst 2017		
Personlig nettverk	Skole	Nettsøk
5	3	4
Gjennomføring - 12 life-designing prosesser, høst 2017		
Gjennomførte	Kun CCI	Avbrutte prosesser grunnet ytre omstendigheter
8	2	2

## ET KONSTRUKSJONISTISK KARRIEREINTERVJU

**Hvordan kan jeg være til nytte i din prosess med å utvikle din karrierevei videre?**

(Her skal du få tak i utgangspunktet for å oppsøke karriereveiledning. I tillegg skal du avklare forventninger og forklare hvordan prosessen er tenkt, antall samtaler m.m.)

**1. Hvem var dine viktigste rollemodeller da du var liten?**

**Fortell meg om hvordan du opplevde ham/henne.**

(Be om tre forskjellige. Det kan være både virkelige mennesker og fiktive figurer (som tegneseriefigurer). Merk at veisøker her skal fortelle om andre rollemodeller enn foreldre, for veisøker har ikke kunnet velge sine foreldre. Det viktigste er ikke *hvem* veisøker beundret, men *hva* han/hun husker at han/hun beundret ved rollemodellene den gang; egenskapene deres.)

**2. Leser du noen blader jevnlig eller ser på noen faste TV-program (evt. nettsider)? Hvilke? Hva er det du liker med disse?**

(Samle tre eksempler. Det viktigste er ikke *hvilke* veisøker leser/ser på, men *hva* det er som tiltrekker han/henne.)

**3. Hva er din favorittbok eller -film? Fortell meg hva den handler om.**

(Det viktige her er å lytte etter hva veisøker vektlegger i *sin* fortelling om boka/filmen.)

**4. Hva er ditt favorittuttrykk eller ditt favorittmotto?**

(Spør gjerne etter to-tre stykker, og utforsk hvilket som er viktigst for veisøker nå.)

**5. Hva er dine tidligste minner? Jeg er interessert i å høre tre historier om noe du husker skjedde deg da du var mellom tre og seks år, eller så langt tilbake som du klarer å huske. (Side 3 kan brukes til å notere svaret.)**

(Etter at minnene er fortalt:)

**Tenk at dette skulle komme som en nyhet i avisa i morgen. Hva ville du sette som overskrift?**

(Merk at overskriften må inneholde et verb; den skal beskrive en hendelse.)

**Første tidlige minne**

**Overskrift:**

k

**Andre tidlige minne**

**Overskrift:**

**Tredje tidlige minne**

**Overskrift:**

VEDLEGG: 2

Karriereveileders arbeidsark

<b>ENGASJEMENT</b> <i>(«PREOCCUPATION»)</i>  TIDLIGE MINNER	Jeg er opptatt av:
<b>SELVBILDE</b> <i>(«SELF»)</i>  ROLLEMODELLER	Jeg er / jeg ønsker å bli:
<b>OMGIVELSER</b> <i>(«SETTING»)</i>  BLADER TV-PROGRAM NETTSIDER (Belyser interesser)	Jeg liker å være i omgivelser der mennesker holder på med aktiviteter som:
<b>MANUS / «PLOT»</b> <i>(«SCRIPT»)</i>  FAVORITTHISTORIE FRA BOK ELLER FILM (Historier som brukes til å skape veisøkers liv. Viser koblingen mellom «selvbilde» og «omgivelser»)	Favorittboken/-filmen min handler om:  Derfor, i disse omgivelsene vil jeg:
<b>MIN BESTE FRAMGANGSMÅTE</b> <i>(«SUCCESS FORMULA»)</i>  SELVBILDE  OMGIVELSER  MANUS / «PLOT»	Jeg kommer til å kjenne meg mest glad og tilfreds når jeg:  kan være .....  i omgivelser der mennesker.....  sånn at jeg kan.....
<b>RÅD TIL MEG SELV</b> <i>(«SELF-ADVICE»)</i>  MOTTO (Egen intuitiv forståelse om hvordan veisøker skal gå frem)	For å bruke «min beste framgangsmåte» nå, er det beste rådet jeg kan gi meg selv:



### **Unifying the Life Portrait**

In facing this transition, my underlying concern is \_\_\_\_\_.

It reminds me of my feelings of \_\_\_\_\_.

To solve my problems in growing up I became \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, and \_\_\_\_\_.

These strengths are important in my next position.

They formed my character by turning \_\_\_\_\_ into \_\_\_\_\_.

Given the self that I have built, I like being around similar people who are \_\_\_\_\_ and \_\_\_\_\_. I like places such as \_\_\_\_\_ and \_\_\_\_\_.

I prefer solving problems such as \_\_\_\_\_ by using procedures like \_\_\_\_\_.

If I adopt the script from my favorite story, then I will \_\_\_\_\_.

The best advice I have for myself right now is \_\_\_\_\_.

### **Empiriunderlag for 4.3.2 – Hvem er jeg i en Career Construction Interview?**

Følgende er *min beskrivelse av det som jeg oppfatter at jeg gjør* i fem CCI-dialoger. Veisøkere anonymiseres. De er i 20 til 60 åra, både i jobb og utenfor, med og uten fullført utdanning. Jeg gir en kort forklaring om veisøkerens karriereproblem og hvordan vi kom frem til å bruke CCI. Så beskriver jeg inntrykk jeg får mens jeg hører lydopptak av samtale.

#### **Veisøker 1 «Karrierevalg – hva skal jeg bli og hvordan legger jeg opp løpet?»**

Veisøker er i en vikarstilling etter en periode med å stå utenfor arbeidslivet. Det er kort tid til stillingen utløper, og det er fortsatt uvisst om den kan forlenges eller om andre stillinger kan åpne seg. Veisøker *opplever å ha mange ressurser som ikke blir brukt på jobb*, og at hverken arbeidsmiljøet eller arbeidsformen passer henne. Hun finner seg i situasjonen og tenker at det er uansett bra å ha jobb og være selvforsørgende. Hun har også søkt andre stillinger, har innkalling til intervju og *ser etter flere aktuelle muligheter*. I karriereveiledning ønsker hun en å sparre med som forplikter seg og oppgaver å gjøre hjemme. Bistand til å legge en god og gjennomarbeidet plan. Hun har tidligere fått en vip24-kartlegging, men opplever at resultatene ikke stemmer lenger. Nå er hun selvsikker, i jobb og har god selvfølelse. Jeg presenterer 'meny-en' og hun velger 'mening'. Jeg beskriver CCI, og hun synes at det virker spennende.

CCI-dialogen varer én time. Det er god stemning og vi ler høyt og godt sammen flere ganger gjennom intervjuet. Veisøkeren har 95 % av taletid mens jeg fasiliteter. Når veisøker har fått spørsmålet og beskrivelse av det jeg er ute etter å høre mer om, er det veisøker som forteller og jeg som lytter. Jeg skriver iherdig av vane selv om jeg har lydopptak. De gangene jeg taler sier jeg bekreftende tilbake det jeg har hørt (speiling) og spør om utdypning med «Er det flere ting du vil fortelle om?». Gjentatte ganger åpner jeg opp etter hennes fortellinger for å finne ut om det er mer hun ønsker å føye til.

I beskrivelse av favorittfortellingen *lar jeg henne fortelle fritt det som hun tenker rundt denne fortellingen*. Hun bruker mye tid til å beskrive hvor bra fortellingen er, og hva den gjør for henne. Etter hvert, når hun ikke har mer å si om det, spør jeg om hun kan fortelle om selve handlingen; det jeg egentlig er ute etter å høre om i CCI. Veisøkers fortellinger får frem hennes verdier, og på et sted i samtalen virker det for meg å ha sammenheng med et av hennes svar i vip24-kartleggingen som hun tok igjen før vår samtale. Jeg referer til vip24-svar på 'mangfold' mens hun forteller. Like etter kjenner jeg at det var unødvendig for meg å bringe dette inn i samtalen, da fokuset vendes til det jeg ser og mener, heller enn på hennes refleksjoner og fortellinger.

I forbindelse med CCI-spørsmålet om tidlige erindringer, forteller jeg at det er valgfritt. Veisøker vil helst ikke gå inn på barndomsminner og forteller at hun går i terapi og lærer å sette grenser. Jeg fortsetter å fortelle om hensikten med spørsmålet, at alle slags «rare» barndomshistorier er ok å komme med, og at vi ikke går inn i disse terapeutisk. Veisøker ønsker allikevel ikke å gå inn på det og vi avrunder CCI-dialogen.

Veisøker hadde en ekstrafortelling på hjertet, og jeg lot henne også fortelle den. Jeg får dårlig samvittighet for å ikke stramme inn tiden, selv om dette faller meg unaturlig. Ekstrafortellingen støttet opp under andre aspekter i CCI-dialogen, spesielt angående verdier. På slutten av samtalen, spør jeg, «Hvordan var dette for deg?» Da svarer hun, «jeg blir jo glad for å få lov å ha taletid, og du sitter ikke bare og sier 'ja', men jeg ser at du tenker med meg, og hvis du hadde visst hvor mye jeg har gjort dette for andre». Jeg orienterer om prosessen videre; at jeg skal jobbe med hennes fortellinger og livsportrettet for så å jobbe med disse sammen i neste LDC-dialog. Livsportrettet ender opp med å inkludere detaljer fra ekstrafortellingen.

### **Empiriunderlag for 4.3.2 – Hvem er jeg i en Career Construction Interview?**

#### **Veisøker 2 «Videre utdanning og muligheter.»**

Veisøker er nylig arbeidsledig. Hun *ønsker å satse på å skifte yrke og fullføre VGS* etter mange år i et yrke hun er nå lei av. Hun tenker at jeg kan hjelpe henne til å vite mer om hva som er der ute, fikse på søknad, og få guts og et 'spark bak' til å komme ut til arbeidsgivere. Hun ønsker også en bekreftelse på om veien hun tenker mest på er et godt valg å satse på. Vi lufter idéer om muligheter og jeg tegner opp 'meny-en' for å vise hvordan jeg kan bidra. Det virket for meg som om at alle tre menyområder, informasjon, utvikling og mening, kunne være aktuelle å ta utgangspunkt for henne. Hun velger 'mening' på meny-en og vi setter opp en time til CCI.

CCI-dialogen varte én time. Jeg er trofast mot CCI-oppskriften, og skriver jevnlig ned veisøkers svar gjennom hele samtalen. Det er latter og god stemning, vi er engasjerte, og jeg oppsummerer mye underveis og speiler tilbake hennes svar for å bekrefte at jeg har forstått. Jeg har god tid til veisøker, og lar henne prate ut til hun ikke har mer å si om de forskjellige spørsmål. Jeg spør, «Er det mer du vil si om?» slik at vi er helt sikre at det ikke er flere detaljer som hun vil dele før vi beveger oss videre. Vi fikk gjennomført CCI-en, til og med siste spørsmål om barndomsminner med overskrifter. Veisøker har 95 % av taletid, men etter CCI-dialogen snur rollene. Da orienterer jeg om temaer som ligger i spørsmålene og hun lytter. Så inviterer jeg veisøker til en kjapp gjennomgang av hennes svar. Jeg spør om hun kan tenke seg at hun ligner de egenskaper som hun beskrev om sine rollemodeller, Jeg spør om verdiene og interessene som hun trakk fram i beskrivelsen av hverdagsmedier kan stemme som viktige aspekter hun ser etter i et arbeidsmiljø. Jeg forklarer om mottoet som selv-råd og hun svarer, «jo – det er meg». Jeg forklarer også om favorittfortellingen og barndomsminner. Deretter prater vi om veier inn i arbeid. Hun får støtte av meg; at hun innehar verdier, egenskaper og interesser som er i tråd med yrket hun kan tenke seg. Jeg forteller om strategi i forhold til åpen søknad eller å finne praksis. Vi avtaler at jeg jobber med livsportrettet, og at vi i neste samtalen vil samarbeide om å redigere det.

#### **Veisøker 3 «Videre karriere, utdanning? Finne et yrke som kan passe meg.»**

Veisøker er i en 100% fast stilling *der hun fullstendig mistrives*. Hun *ønsker å finne annet arbeid som passer henne bedre*. Dette er vanskelig da hun også har mistet 'gnisten' med arbeidsoppgavene som oppleves lite meningsfylte. Livet fungerer ellers med bolig og kjærlighet, men jobben tapper henne for energi. Hennes fullførte utdanning oppleves som fengslende. Hun har ikke lyst til å drive med oppgavene knyttet til sitt yrke, og har ingen andre arbeidserfaringer som gir tanker om det hun ellers kan trives med. Det hele oppleves som et nederlag. Hun ønsker 'guidance' som for henne betyr hjelp til å sortere tankene, finne ut hva hun ønsker. Jeg presenterer 'meny-en' og hun velger 'mening'. Hun vil prøve CCI og er åpen til alle metoder som kan hjelpe.

Igjen varte CCI én time. Jeg følger CCI-oppskriften og skriver trofast ned hennes svar, som jeg gjør i de andre samtalene. Det er en lett, folkelig, likeverdig stemning under samtale med latter underveis. *Jeg bruker noteringen* til å oppsummere hennes beskrivelser, og speiler det jeg har skrevet tilbake, og sjekker at jeg har forstått slik hun har tenkt. Jeg bruker tid på å «lytte frem» fortellingene hennes. Jeg bekrefter underveis med «mm, ja, mm», viser nysgjerrighet og ber om hun kan utdype med «hva legger du i det da?», Jeg forsøker å åpne opp enda videre med «andre ting du tenker på?» etter hun kommer med svar. Jeg kommer med mange forslag om hvordan hun kan tenke på en rollemodell, «det kan være tante, nabo, lærer, venn, andre foreldre, det kan være tegneseriefigur, eller fra en bok» og «hvem synes du var kul» for å lette på begrepet. Gjennom CCI-en bruker jeg *god tid*, er tålmodig. Det tok tid å komme frem til de to viktigste rollemodellene. Jeg avbryter ikke stillheten,

### **Empiriunderlag for 4.3.2 – Hvem er jeg i en Career Construction Interview?**

men *holder ut og lar hennes refleksjoner og beskrivelser komme frem*. Når hun er ferdig, spør jeg igjen om det er mer å fortelle om for å dra frem enda flere ord og beskrivelser.

Under spørsmålet om hverdagsmedier, deler jeg min serie da hun snur fokuset og spør meg om serier jeg ser på. Mens jeg forteller, kjenner jeg på hvor lett det er å ta fokuset og kjenner at det er også *gøy å snakke om egen serie*. Samvittigheten sier meg «dette handler ikke om meg. Snu fokuset tilbake!» Det gjør jeg og leiter frem flere detaljer i hennes fortellinger. Senere spør hun også om jeg kan dele mitt motto, som jeg gjør. Like etter kommer hennes motto frem med en fortelling om hvor den kom i fra. Vi samarbeider på overskriftene til barndomshistoriene. Jeg gjentar fortellingen etter det jeg har skrevet, sjekker detaljer, og speiler tilbake. Jeg lar stillheten være, og lar henne komme med de første forslag til overskriftene. Jeg bekrefter og oppsummerer disse når vi har jobbet ferdig.

Til slutt spør jeg «hvordan var dette for deg». «Helt fint, spennende, litt tom i hode.» Jeg oppsummerer prosessen og bruker flere egne eksempler for å forklare litt om hvordan hennes ord og beskrivelser brukes i livsportrettet som jeg går i gang med frem til vår neste samtale. Så forteller jeg om temaene knyttet til CCI-spørsmålene og hvordan vi skal jobbe sammen med livsportrettet i neste samtale; en felles re-konstruksjon. Jeg er igjen utrygg på om livsportrettet blir bra nok, så jeg gir tilbud på vip24. Det er tydelig at veisøker holder på med identitetsarbeid, og jeg tenker at vip24 kartlegging kan uansett være bra. Jeg beskriver vip24 som «krydder på kaka» som bekrefter det som kommer frem i CCI og kan hjelpe med å finne styrker, type arbeidsaktiviteter og miljøer som er med på å lade hennes batterier. Veisøker også får flere CV-maler og en veiledning til søknadstekst som hun kan begynne å kikke på, da hun vet at hun skal videre uansett. Jeg tenker det kan sette i gang mer refleksjon. Før vi avslutter begynner vi å prate litt uformelt om livet i flere minutter, etter en lang samtale. Til slutt booker vi ny samtale.

#### **Veisøker 4 «Veien videre.»**

Veisøkeren er *sykemeldt og trenger andre typer arbeidsoppgaver som kan fungere med helsen sin*. Hun ønsker å være tilbake i arbeid, savner daglig kontakt med kollegaer og arbeidsmiljø og mistrives med å ikke være i virke. I karriereveiledning ønsker hun seg en sparringspartner til å luften tanker med som hun ikke har uttalt, få tilbakemeldinger og få nye tanker for å finne en retning videre. Hun ønsker å se sitt ståsted bedre, finne ut hvor hun vil videre og hvilke muligheter hun har rundt seg som hun ikke ser. Hun klarer fint å finne informasjon selv, kommer til intervju og kan argumentere godt for seg. Når jeg tar frem 'meny-en', velger hun 'mening' og ønsker å forsøke CCI for å forankre sine valg om vei videre. Vi idémyldrer noe om det hun kan gjøre nå, og hun får tilgang til vip24, da jeg tenkte at Life designing dialoger og vip24 kan bekrefte hverandre.

Igjen varte CCI én time. Jeg følger CCI-oppskriften fra åpningsspørsmålet til veisøkers sluttoppgave med å sette overskrifter for sine tre barndomshistorier. Veisøker får igjen 95 % av taletid. Samtalen har en folkelig og inkluderende stemning, jeg viser oppmerksomhet og nysgjerrighet, og har en bekræftende og åpen fremgangsmåte. Jeg fortsetter med å notere veisøkers svar under samtalen, der lange stillhetspauser brukes både til min skrivning og til veisøkers refleksjon og tenkning. Jeg bruker notatene til å gjenfortelle tilbake med oppsummeringer underveis. Igjen har jeg god tid, og tar ikke hensyn til å stramme inn, men bruker den tiden vi trenger. Jeg spør «er det noe mer» helt til veisøker bekrefter at hun har fått fortalt det hun kan. Jeg stiller oppklarings spørsmål som får frem veisøkers presiseringer. Innledningsvis beskriver jeg CCI-spørsmålene som «merkelige». Senere forsikrer jeg at spørsmålet om barndomshistorier ikke handler om terapi. Til slutt jobber vi med overskriftene på barndomshistoriene sammen. Hun kommer med forslag, jeg spør og drøfter med henne i forhold til 3



### **Empiriunderlag for 4.3.2 – Hvem er jeg i en Career Construction Interview?**

mine notater og vi vurderer forskjellige ord. Etter flere forslag velger hun til slutt overskrifter som oppleves passende.

#### **Veisøker 5 «Hva jeg skal videre.»**

Veisøkeren er i 100% jobb, og i likhet med veisøker 3, mistrives i sin stilling. Hun ønsker å finne ut hvorfor hun mistrives, finne frem til andre veier hun kan gå og planlegge jobbskifte. Hun ønsker støtte til å finne sin vei, bli sikker i valget og kvalitetssikre den. Fra 'meny-en' velger hun 'mening', og synes CCI høres veldig ålreit ut. Hun ønsker samtidig veiledning om jobbsøk og feedback på sin CV og søknadstekst. Vi ender opp med å gjøre dette i tillegg til Life designing dialogene fordi hun er midt oppi en søknadsprosess.

Dette er den siste av fem opptak og tolv CCI-dialoger. Fra opptaket hører jeg at jeg er tryggere på metoden og med spørsmålene. Vi bruker én time, og jeg følger CCI-oppskriften. Jeg fortsetter med å skrive iherdig mens jeg hører og bruker det jeg skriver for å oppklare og oppsummere med veisøker underveis. Jeg hører en lett, positiv og engasjert stemning med noe latter. Jeg drar ut flere svar, «er det andre ting du lurer på».

Jeg forklarer rundt «rollemodeller» med flere beskrivelser for å gi veisøker idéer om hvem hun kan trekke frem. Hun bruker litt tid til å bestemme siste rollemodell, jeg er tålmodig og bruker stillheten for å la den beskrivelse komme frem. Jeg oppsummerer de tre hun kom frem til og ber hun fortelle om egenskapene til disse. Mens jeg skriver, viser jeg samtidig engasjement med «mm, mm, ja» bekreftelser underveis mens hun forteller, så oppsummerer jeg hennes nøkkelord, og spør «andre ting» for å invitere henne til å reflektere videre. Hun har mye på hjertet, snakker raskt og beskriver i detalj. Jeg skriver, følger med, er stille og lar flere beskrivelser komme frem mens det er stille og hun reflekterer. Så oppsummerer jeg. Jeg lar henne reflektere litt fritt, hun kommer med flere fortellinger utenom og rundt de tre spørsmål, hun får flette inn det hun har på hjertet underveis i intervjuet. Her spør jeg også interessert om utenom-fortellinger selv om disse er sidespor. Jeg sporer oss tilbake til intervjuet når hun har fortalt ferdig, så fortsetter vi. Hun har mye på hjertet om rollemodellene som hun får fortelle om. Etter hvert styrer jeg samtalen tilbake til 'egenskaper' som jeg i hovedsak er ute etter å fange opp. Jeg avrunder med «andre ting?» for å gi sjansen til flere innspill før jeg oppsummerer og går videre i intervjuet.

Jeg gjentar og speiler hennes ord, bekrefter med stemmeleie og sjekker at hun har kommet med alt hun vil si. «Andre ting?», «På hvilken måte?». Jeg bekrefter underveis at hun har flotte fortellinger. Etter hun forteller barndomshistoriene leser jeg tilbake det jeg har notert og lar henne utdype der hun vil. Vi jobber frem overskriftene for barndomshistoriene hvor hun kommer med forslag. Jeg minner om det hun sa i historien og at vi er ute etter et passende verb. Hun kommer med forslag, forklarer den, jeg utfordrer litt med ord hun har brukte i sine fortellinger, fanger opp ord hun kommer med, og vi får frem flere forslag som til slutt resulterer i at hun velger riktig overskrift. Igjen får hun mulighet til å utdype sin fortelling. Disse ekstrasfortellinger ble med i arbeidet med livsportrettet.

*«Hvordan har det vært for deg?»*

*«Jeg synes det er kjempe bra, kjempe spennende.»*

Analyseunderlag. Ord og uttrykk fra mine beskrivelser og små historier i avhandlingen

Fra introduksjon, teori og metode kapitler, 1-3.

**Læringsreise**

Vi er i vår kjerre på reise  
Turen har vært innholdsrik  
Vågale steget  
Vi fortsetter på reisen  
En vandring i karriereveiledningslandskapet  
med utforskningsposter

**Å komme fremover**

Et annet nivå  
Ingenting i veien for å sette i gang  
Hvordan skal vi sette i gang igjen  
Ser hvordan vi kan veve videre  
Jeg forsøkte

**En bedre forståelse**

Ut og få andre perspektiver og få et bredere  
blikk  
Kun ser deler av helheten  
Fortellinger gir en opplevelse av forklaring  
En utdypende beskrivelse  
Å forstå og kunne påvirke  
Å oversette for å bedre forstå  
Ga meg en dypere forståelse  
Oversatt  
Fortsatt noe uklart, jeg burde kunne mer  
«trenger ikke lese mer» -Noen ganger  
stemmer ikke velment råd

**Holder valgdørene åpne**

Meget nysgjerrig  
Kontinuerlig finne alternative måter  
Kontinuerlig omtolkning av livet  
Andre du kjenner til?

**Kreativiteten min kom til nytte**

Utstilte karrierefortellinger  
Kombinerer og blander  
Videreutvikle  
Jeg lagde et legotårn  
Radikalt brudd  
La meg inspirere og kombinere tanken om...  
Tenkte annerledes  
Jeg brukte inspirasjonen  
Opplyse og transformere

**Velkommen inn**

Inviterer deg inn  
Karriereveilederens rolle  
Genuint tilstede i møte  
Reflektere sammen og utvikle praksis  
Konstant utvikling i relasjoner  
Verdsetter å være tilstede i øyeblikket  
Skjuler det vakre i hvert menneske  
Jeg har et ansvar for relasjonen jeg skaper  
Sikre at både mine og veisøkers fortellinger er  
trygge  
Inviteres som en aktiv medskap

**Fra empiri kapittel, 4.1**

**Hvem er jeg?**

**Jeg er for meg selv**

Uten hjelp fra andre  
Lærte tidlig å stå på egne bein  
Jeg kjente ingen andre  
Innen få uker igjen i jobb  
Store utgifter jeg selv måtte dekke  
Muligheter som jeg oppdaget underveis,  
meldt meg på, finansierte, gjennomførte  
Kjempefornøyd med å ha klart å få tak i

**Jeg krabber opp**

Jeg klarer å klatre opp  
Vi prøvde ut  
Vågale meg vil videre og valgte KK  
Jeg føler meg litt på kanten

**Deltok i et fellesskap**

Som familie utforsket vi, bilturer til  
'med' på alle andres gjøremål  
Jeg ble invitert, hjørnesteinen  
Sammen arrangerte vi  
Jeg ble invitert, biltur  
Fellesskapet i å være menneske  
Ble invitert, Marius, sykkelturn  
Sammen oppdaget vi  
Venner ønsket oss velkommen  
Gjestfrie

Analyseunderlag. Ord og uttrykk fra mine beskrivelser og små historier i avhandlingen

**Flyt og kommunikasjonsharmoni**

Ga meg en varm forståelse  
Bevart kjærligheten  
Være tilkoblet og finne hverandres rytme  
Fagligfokus i forhold til det lande vi besøkte  
finne en musikalsk kommunikasjonsrytme  
med den enkelte

**Jeg ble igjen, tok rollen som mekler**

Organisere prosesser  
Koble meg til ulike mennesker  
Stadig forsøkte å få til fred  
Forståelser og perspektiver utvidet og  
utfordret  
Sentrumsmiljø ulikt oppvekstmiljø, 35 km  
unna  
Kjent med historiens urett og  
samfunnsutfordringer  
Å føre konflikt og uro til forsoning og  
forståelse  
Lære om et sted med mye konflikt som jeg  
ikke forsto  
Virkelighetsutvidelse vanskelig å fortelle om  
Samfunnet mangfoldig  
Et flerkulturelt miljø  
Et totalt forandret verdensperspektiv  
Nysgjerrig på samfunnet, forskjellige  
folkegrupper og levemåter  
Oppdagelser og læring om mennesker og  
samfunn – enormt inntrykk.  
Jeg ofte observerte det andre holdt på med

**Gleden å leve livet i tjeneste til  
medmennesket**

Jeg vil yte tjenester til folk som trenger min  
kompetanse heller enn administrativbistand  
Å ta imot, å bistå  
Trening i å lytte, observere, dokumentere,  
Bidra til at mennesker lykkes i overgangen til  
nye kontekster  
Ble instruktører,  
Frivillig, rekrutteringskoordinator  
Arbeidet engasjerte meg voldsomt  
Gøy å oppleve at andre lykkes, ringvirkninger  
for lokal samfunnet

Lærte bort mine nye kunnskaper til de som  
ikke hadde opplæringsrett

**Bilturer til,**

Reiste på studie-biltur  
Utforsking med en verdensomreise

**Utdannelsen skulle ikke snevre og definere,**

men utvide horisonter og forståelser om  
mennesker og samfunnet  
Mest opptatt av de opplevelsene og  
oppdagelsene utover endemålet  
Åpnet omsider for  
Et flettverk av nye erfaringer  
Neppe opptatt av yrkesendemål  
å lære å utforske det ukjente av aktiviteter og  
miljøer  
Kontinuerlig å bli kjent med det ukjente-  
studier kombinerte jeg med jobb  
En arena å dele ny lærdom  
Vi fikk stadig muligheter for  
kompetanseutvikling gjennom kontakt med ...

**Paradoksalt nok vedvarte eget karrierestress**

Jobbet utover kvelden, mistet jobb  
Å måtte henge med i svingene – usikker  
kombinert med lærelyst, ønske om miljøskifte  
En måned til å overføre, en uke til omstille  
meg og forberede meg



Analyseunderlag. Ord og uttrykk fra mine beskrivelser og små historier i avhandlingen

Fra empiri kapittel, 4.2  
Hva er min kontekst for LDC?

**Godt utgangspunkt for veiledningsrelasjon**

jeg har et spesielt ansvar for dialogen

Lett tilgjengelig

Jeg får veiledet mer helhetlig

Hvert enkelt har unikt utgangspunkt.

**Jeg har flere kollega-miljøer å engasjere meg i**

Vi kan dra nytte av hverandres ulike prosjekter

Jeg samarbeider,

I samarbeid får jeg oversikt

**Kompetanseutviklingsfokus i**

**endringshastighet**

Kaleidoskopet skiftes – andre elementer

Brått og energikrevende læringskurve

Trener opp mulighetssynet på

formell/uformell kompetanse – som åpner for ulike kompetanseutviklingsveier

**Uvisst hvordan ansettelse kan bli**

Jeg behersker, har autonomi,

Holder kurs,

Gjesteforeleser

Fra empiri kapittel, 4.3  
Hvordan jobber jeg med LDC?

**God stemning, ler høyt og godt sammen,**

positiv, latter underveis, lett, folkelig,

likeverdig, inkluderende stemning

Jeg viser engasjement, oppmerksomhet og

nysgjerrighet

Jeg fasiliteter, jeg som lytter

Jeg spør, «hvordan var det for deg?»

**Jeg sier bekreftende tilbake (speiler),**

Jeg bekrefter henne underveis, at hun har

flotte historier, Hun får støtte av meg

bekrefter underveis, 'mm, ja, mm'

Leser tilbake det jeg har notert

Jeg bruker noteringen til å gjenfortelle, lese

tilbake, oppsummere, oppklare hennes

beskrivelser, speiler det tilbake,

Jeg gjentar og speiler hennes ord, bekrefter

med stemmeleie

Jeg sjekker at jeg har forstått slik hun har

tenkt, gjentar fortellingen etter det jeg har

skrevet, sjekker detaljer og speiler tilbake

Jeg oppsummerer prosessen, de tre hun kom,

hennes nøkkelord,

**Vi samarbeider, vi jobber sammen,**

vi idé myldrer, Vi er engasjerte, Vi jobber

frem, vi får frem flere forslag, vi gjør dette i

t tillegg til life-designing, Vi avtaler, redigerer

sammen ...

**Jeg er tryggere på metoden**

Jeg presenterer, tegner opp 'meny-en', hun

velger

Jeg er trofast mot, følger CCI-oppskriften

Jeg presenterer CCI-spørsmål som

«merkelige»

Jeg kommer med mange forslag, flere

beskrivelser om hvordan hun kan tenke en

rollemodell for å lette på begrepet, for å gi

flere idéer

Jeg forsikrer at spørsmål om

barndomshistorier ikke handler om terapi

Jeg er igjen utrygg på om livsportrettet blir bra

Jeg er tryggere på metoden

Jeg skriver iherdig, trofast ned veisøkers svar

Jeg fortsetter å notere – pauser til min skriving

(og lytting) og hennes refleksjon

Jeg fanger opp ord hun kommer med

**Jeg har god tid, tar ikke hensyn til å stramme**

inn tiden men **bruker den tiden vi trenger**

Jeg får dårlig samvittighet for å ikke stramme

inn tiden

Jeg bruker tid på å 'lytte frem', holder ut, lar

hennes refleksjoner og beskrivelser komme



## VEDLEGG: 5

### Analyseunderlag. Ord og uttrykk fra mine beskrivelser og små historier i avhandlingen

frem

Jeg er tålmodig og bruker stilheten for å la beskrivelser komme frem

Jeg lar stilheten være, lar henne komme med de første forslag

**lar henne utdype der hun vil**

Jeg skriver, følger med, er stille lar flere beskrivelser komme frem

Lar henne prate ut til hun ikke har mer å si  
Er det mer du vil si om,

Igjen får mulighet til å utdype sin fortelling

Spør igjen om det er mer å fortelle for å dra frem enda flere ord og beskrivelser.

Spør, «andre ting» for å invitere henne til å reflektere videre

Jeg avrunder med 'andre ting' for å gi sjansen til flere innspill før jeg oppsummerer

sjekker at hun har kommet med alt hun vil si

Jeg ber om hun kan utdype, Spør om utdypning

Jeg stiller oppklaringsspørsmål for å få frem presiseringer

Jeg forteller om strategi i forhold til jobbsøk

Jeg utfordrer litt med ord hun har brukt

**Jeg jobber nokså ensomt i ukjent terreng på upløyd mark**

**Jeg gikk bort fra CCIs standardskjema og støtteark**

**Jeg åpner opp,** forsøker å åpne opp enda videre

Jeg drar ut flere svar, «er det andre ting du lurte på?»

Spør interessert også om utenom fortellinger, selv om disse er sidespor

Jeg lar henne fortelle fritt, fortelle ekstrafortelling

lage rikere livsportretter da de fanget opp flere detaljer

'meny-en' åpner for en prat om mulige temaer

**Jeg kjenner på hvor lett det er å ta fokuset og gøy å snakke om egen...**

Jeg fortsetter å fortelle om hensikten

Jeg sporer oss tilbake til intervjuet

Jeg styrer samtalen tilbake til 'egenskaper'

Jeg inviterer til en kjapp gjennomgang

Jeg orienterer om prosessen videre

Jeg orienterer om temaer,

jeg forklarer spørsmål, hvordan hennes ord og beskrivelser brukes i livsportrettet

## VEDLEGG: 6

Analyseunderlag. Ord og uttrykk fra mine beskrivelser og små historier i avhandlingen – samlet og gruppert tematisk på tvers av hverandre. 22 grupper blir til sju livstemaer.

### Reisen

#### Læringsreise

Vi er i vår kjerre på reise  
Turen har vært **innholdsrik**  
Vi fortsetter på reisen  
En vandring i karriereveiledningslandskapet  
med **utforskningsposter**  
**Utforsking** med en verdensomreise

### Vil videre

Jeg **krabber** opp  
Jeg **klarer å klatre** opp  
Vi **prøvde** ut  
Å komme **fremover**  
Vågale steg  
Et annet nivå  
Vågale meg vil videre og **valgte** KK  
*'være tilpasningsdyktig'*

### Utfordrer/ inn i det ukjente

Jeg føler meg **litt på kanten**  
**Kompetanseutviklingsfokus** i  
endringshastighet  
Kaleidoskopet skiftes – andre elementer  
**Brått** og energikrevende **læringskurve**  
**Trener opp** mulighetssynet på  
formell/uformell kompetanse – som **åpner** for  
ulike **kompetanseutviklingsveier**

### Selvstendighet /mestring

Jeg er **for meg selv**  
**Uten hjelp** fra andre  
Lærte tidlig å **stå på egne bein**  
Studier kombinerte jeg med jobb  
Store utgifter jeg **selv måtte dekke**  
Muligheter som jeg meldt meg på, finansierte,  
gjennomførte  
Kjempefornøyd med å **ha klart å få tak i**  
Jeg **kjente ingen andre**  
Innen få uker **igjen i jobb**  
**Jeg behersker**, har **autonomi**,  
*'selvstendig tenkende'*

### Åpent og åpner opp

Holder **valgdørene åpne**  
Meget **nysgjerrig**  
Kontinuerlig finne **alternative** måter  
Kontinuerlig **omtolkning** av livet  
**Andre** du kjenner til?  
Jeg **åpner opp**, forsøker å **åpne opp enda videre**  
Jeg drar ut **flere svar**, «er det **andre ting** du  
lurer på?»  
Spør interessert også **om utenom fortellinger**,  
selv om disse er **sidespor**  
Jeg lar henne fortelle fritt, fortelle  
**ekstrafortelling**

### Utvide horisonter

Mest opptatt av de opplevelsene og  
**oppdagelsene** utover endemålet  
Neppe opptatt av yrkesendemål  
Muligheter som jeg **oppdaget** underveis,  
Åpnet omsider for  
Et flettverk av **nye** erfaringer  
Utdannelsen skulle ikke snevre og definere,  
men **utvide** horisonter og **forståelser** om  
**mennesker og samfunnet**  
**Forståelser** og perspektiver **utvidet** og  
utfordret  
**Oppdagelser** og læring **om mennesker og**  
**samfunn** – enormt inntrykk.  
Virkelighetsutvidelse vanskelig å fortelle om  
*'tydelig identitet'*

### Åpner før å lukke /avslutte

**Jeg fortsetter å fortelle** om hensikten  
Jeg inviterer til en **kjapp gjennomgang**  
**Jeg forteller** om strategi ift jobbsøk

### Igangsetting

Ingenting i veien for å sette i gang  
Hvordan skal vi sette i gang igjen  
Ser hvordan vi kan veve videre  
Jeg forsøkte  
*'proaktiv'*

## VEDLEGG: 6

### Analyseunderlag. Ord og uttrykk fra mine beskrivelser og små historier i avhandlingen – samlet og gruppert tematisk på tvers av hverandre. 22 grupper blir til sju livstemaer.

#### Kreativitet

Kreativiteten min kom til nytte  
Kombinerer og blander  
Videreutvikle  
Utstille karrierefortellinger  
Jeg lagde et legotårn (CCI – LP)  
Jeg lagde et spill (governmentality)  
La meg inspirere og kombinere tanken om...  
Tenke annerledes  
Radikalt brudd  
Jeg brukte inspirasjonen  
Opplyse og transformere

#### Konflikt til forsoning og forståelse

Jeg ble igjen, tok rollen som **mekler**  
Stadig forsøkte å **få til fred**  
Å føre konflikt og uro til forsoning og forståelse  
**Kjent med** historiens urett og samfunns**utfordringer**  
Jeg **ofte observerte** det andre holdt på med 'med' på alle **andres gjøremål**  
Sentrumsmiljø **ulikt** oppvekstmiljø, 35 km  
**Kontinuerlig å bli kjent** med det ukjente  
**Lære om et sted med mye konflikt** som jeg **ikke forsto**  
Fagligfokus i forhold til **det lande vi besøkte**  
Nysgjerrig på **samfunnet, forskjellige folkegrupper og levemåter**  
**Samfunnets mangfold**  
**Hver enkelt har unikt** utgangspunkt.  
Et totalt **forandret verdensperspektiv**

#### Styrke i fellesskap

Som **familie** utforsket vi, **bilturer** til  
Jeg ble **invitert**, hjørnesteinen  
**Sammen** arrangerte vi, **Bilturer** til,  
Jeg ble **invitert**, **biltur**  
Gjestfrie  
**Vi** reiste på studie-biltur  
**Sammen** oppdaget vi  
Ble **invitert**, Marius, sykkel**tur**  
**Venner** ønsket oss **velkommen**  
Deltok i et **fellesskap**

#### Et flerkulturelt miljø

**Fellesskapet i** å være menneske  
**Vi** fikk stadig muligheter for kompetanseutvikling **gjennom kontakt med ...**  
Jeg har flere **kollega-miljøer å engasjere meg i**  
Vi kan **dra nytte av hverandres** ulike prosjekter  
**I samarbeid** får jeg oversikt  
Jeg **samarbeider**, **Gjeste**foreleser

#### Den gode samarbeidsrelasjonen

God **stemning**, ler høyt og godt sammen, positiv, latter underveis, lett, folkelig, likeverdig, inkluderende **stemning**

**Vi er engasjerte, Vi samarbeider, vi idémyldrer**, vi jobber sammen, Vi jobber frem, vi får frem **flere forslag**, vi gjør dette i tillegg til life-designing, Vi avtaler ...

Jeg viser engasjement, oppmerksomhet og nysgjerrighet

#### Tjeneste til andre

**Gleden å leve livet i tjeneste** til medmennesket  
**Bidra** til at mennesker **lykkes i overgangen til nye kontekster**  
**Gøy** å oppleve at **andre lykkes**, ringvirkninger for lokal samfunnet  
Jeg **vil yte tjenester til folk som trenger min kompetanse** heller enn administrativbistand  
Arbeidet **engasjerte meg voldsomt**  
Å ta imot, **å bistå**  
Jeg får veiledet mer helhetlig  
**Frivillig**, rekrutteringskoordinator  
Organisere prosesser  
Ble instruktører,  
Holder kurs,  
En arena å **dele ny lærdom**  
**Lærte bort** mine nye kunnskaper **til de som ikke hadde opplæringsrett**

## VEDLEGG: 6

### Analyseunderlag. Ord og uttrykk fra mine beskrivelser og små historier i avhandlingen – samlet og gruppert tematisk på tvers av hverandre. 22 grupper blir til sju livstemaer.

#### Harmoni / felles rytme

Ga meg en **varm forståelse**

**Bevart kjærligheten**

Flyt og **kommunikasjonsharmoni**

Være **tilkoblet** og finne hverandres rytme,

**Koble meg til** ulike mennesker, finne en musikalsk **kommunikasjonsrytme** med den enkelte

#### Relasjonen / skape noe sammen

Karriereveilederens rolle

Jeg har et ansvar for **relasjonen** jeg skaper

Jeg har et spesielt **ansvar for dialogen**

Godt **utgangspunkt** for veilednings**relasjon**

Verdsetter å være **tilstede** i øyeblikket

Genuint **tilstede** i møte

Skjuler det vakre i hvert menneske

**Velkommen** inn

**Inviterer** deg inn

**Lett tilgjengelig**

**Inviteres** som en aktiv medskaper

**Reflektere sammen** og utvikle praksis

Konstant utvikling i **relasjoner**

#### Forståelse / speiler tilbake

Jeg sier **bekreftende** tilbake (speiler),

**bekrefter** underveis, 'mm, ja, mm'

**Leser tilbake** det jeg har notert

Jeg bruker noteringen til å **gjennfortelle, lese**

**tilbake, oppsummere**, oppklare hennes

beskrivelser, **speiler det tilbake**,

Jeg **gjentar og speiler** hennes ord, **bekrefter** med stemmeleie

Jeg **sjekker** at jeg har forstått slik hun har

tenkt, **gjentar fortellingen** etter det jeg har

skrevet, **sjekker** detaljer og **speiler tilbake**

Jeg **oppsummerer** prosessen, de tre hun kom, hennes nøkkelord,

Jeg **bekrefter** hun underveis, at hun har flotte historier, Hun **får støtte** av meg

#### En utvidet forståelse

Ut og få **andre perspektiver** og få et **bredere blikk**

Kun ser deler av helheten

Fortellinger gir en opplevelse av forklaring

En **bedre forståelse**

En utdypende beskrivelse

Å **forstå** og kunne påvirke

Å oversette for å **bedre forstå**

Ga meg en dypere **forståelse**

Oversatt

Hvilken rett har jeg å ... når jeg ikke er ...

Fortsatt noe uklart, jeg **burde kunne mer**

«trenger ikke lese mer» -Noen ganger

stemmer ikke velment råd

å lære å **utforske det ukjente** av aktiviteter og miljøer

#### Tid til å lytte / tidsklemme

Jeg får dårlig samvittighet for å ikke stramme inn tiden

**Jeg har god tid**, tar ikke hensyn til å stramme

inn tiden men **bruker den tiden vi trenger**

Jeg bruker **tid på å 'lytte frem'**, holder ut, lar

hennes refleksjoner og beskrivelser komme frem

Jeg er **tålmodig** og bruker stilheten for å la

beskrivelser komme frem

Jeg **lar stillheten være**, lar henne komme med de første forslag

Jeg skriver, følger med, **er stille lar flere**

**beskrivelser komme frem**

**Lar henne prate ut** til hun ikke har mer å si

Er det mer du vil si om,

#### Å lytte skriftlig / fanger mening

Jeg fasiliteter, jeg som **lytter**

Trening i å **lytte**, observere, dokumentere

Jeg skriver iherdig, trofast ned veisøkers svar

Jeg fortsetter å notere – pauser til min skriving (og **lytting**) og hennes refleksjon

Jeg **fanger opp ord** hun kommer med

#### Åpner for en utdypning

lar henne **utdype** der hun vil

Igen får mulighet til å **utdype** sin fortelling

Spør igjen om det er mer å fortelle for å dra



## VEDLEGG: 6

### Analyseunderlag. Ord og uttrykk fra mine beskrivelser og små historier i avhandlingen – samlet og gruppert tematisk på tvers av hverandre. 22 grupper blir til sju livstemaer.

frem **enda flere ord** og beskrivelser.

Spør, «andre ting» for å invitere henne til å

**reflektere videre**

Jeg avrunder med '**andre ting**' for å gi sjansen

til **flere innspill** før jeg oppsummerer

sjekker at hun har **kommet med alt** hun vil si

**Jeg utfordrer litt** med ord hun har brukt

Jeg ber om hun kan **utdype**, Spør om

**utdypning**

Jeg stiller oppklarings spørsmål for å få frem

**presiseringer**

#### Trygghet i utforskning

Jeg **presenterer**, tegner opp 'meny-en', hun

velger

Jeg er trofast mot, **følger** CCI-oppskriften

Jeg **presenterer** CCI-spørsmål som

«merkelige»

Jeg **sporer oss tilbake** til intervjuet

Jeg kommer med **mange forslag**, flere

**beskrivelser** om hvordan hun kan tenke en

rollemodell for å **lette på begrepet**, for å gi

flere idéer

Jeg **forsikrer** at spørsmål om

barndomshistorier **ikke handler om terapi**

Jeg er igjen utrygg på om livsportrettet **blir bra**

Jeg er **tryggere** på metoden

Jeg spør, «**hvordan var det** for deg?»

**Sikre** at både mine og veisøkers fortellinger er **trygge**

**Jeg orienterer** om prosessen videre

**Jeg orienterer** om temaer,

**jeg forklarer** spørsmål, hvordan hennes ord og beskrivelser brukes i livsportrettet

Jeg **styrer samtalen tilbake** til 'egenskaper'

#### Eget karrierestress

Å måtte henge med i svingene – **usikker**

Paradoksalt nok vedvarte eget karrierestress

En måned til å overføre, en uke til å omstille

meg og forberede til eksamen

**Uvisst** hvordan ansettelse kan bli

#### Livstematikken?

Fra kjent til ukjent (Vitebegjær)

Fra fast til foranderlig (Vekst)

Fra begrensninger til muligheter (Åpenhet)

Fra konflikt til løsning (Fred)

Fra brudd til harmoni (Håp)

Fra misforståelse til forståelse (Empati)

Fra utrygg til trygg (Sikkerhet)

#### Fra kjent til ukjent (Vitebegjær)

##### Fra fast til foranderlig (Vekst)

Reisen

Vil videre

Utfordrer/ Inn i det ukjente

*'være tilpasningsdyktig'*

##### Fra begrensninger til muligheter (Åpenhet)

Selvstendighet /mestring

*'selvstendig tenkende'*

Åpent og åpner opp

Utvide horisonter- *'tydelig identitet'*

Åpner før å lukke /avslutte

Igangsetting - *'proaktiv'*

Kreativitet

##### Fra konflikt til løsning (Fred)

Konflikt til forsoning og forståelse

Styrke i fellesskap

Den gode samarbeidsrelasjonen

Tjeneste til andre

##### Fra brudd til harmoni (Håp)

Harmoni /Felles rytme

Relasjonen / Skape noe sammen

Forståelse /Speiler tilbake

##### Fra misforståelse til forståelse (Empati)

En utvidet forståelse

Tid til å lytte /tidsklemme

Å lytte skriftlig /fanger mening

Åpner for en utdypning

##### Fra utrygg til trygg (Sikkerhet)

Trygghet i utforskning

Eget karrierestress

Career Construction Interview –

..11.17 – Veisøker 4

Hvordan kan jeg være til nytte, i din prosess med å utvikle din karrierevei videre?

**Sparringspartner.** Det er det første ord som dukker opp. For at jeg kan **lufte de tankene som jeg har** som jeg kanskje ikke har tatt frem, fordi at når man har en sparringspartner vil man **få noen tilbakemeldinger som fører til nye tanker.** For jeg tror at disse tankene, sånn som vi snakket om, at **jeg vil finne ett eller annet retning videre.**

Andre ting, hvordan jeg kan være til nytte for deg i din prosess med å utvikle din karrierevei.

Jeg tenker at det kan hende at **du har noen relasjoner,** eller **noe faglige** som også gir meg input, både i forhold til relasjoner i arbeidslivet og i andre ting. Så tenker jeg at det kan **gi meg ideer som jeg er god på.**

Hva tenker du med relasjoner?

Jeg tenker **at du kanskje kjenner til noen steder i Kongsberg,** f.eks. som du kan tenke at **der kunne det kanskje være en ide å søke,** der kunne det kanskje man kunne til og med kommet inn som en sånn, hva heter det for noe, **bare for å prøve litt.**

Altså sånn konkret forslag da?

Ja, jeg tenker **konkret i forhold til** det vi kom frem til, altså kan man se at, det da, kan det, **kan det kanskje være en ide.** Noe sånt.

Så bra. Er det noe flere ting?

Nei

Da setter vi i gang, med de merkelige spørsmålene mine ☺

*Hvis du kan tenke tilbake til når du var liten, tidlig så mulig, gjerne mellom 3-6 år da, det er jo fryktelig tidlig, men ok, hvis ikke så tidlig, så tidlig du kan huske da. Hvem var dine viktigste, **ma bruker ordet «rollemodeller»,** man kan tenke de man så opp til, satt pris på, de menneskene som var der for deg.*

Det var nok mest foreldrene mine.

*Beyond foreldrene dine. For de fikk ikke du valgt, men de som du har fått valgt, det er de vi er ute etter.*

Tante

Kan du fortelle meg hvordan du opplevde Tante da

- En veldig fargerik person,
- Hun gjorde ting som, **hun hadde frihet,** da.
- Fikk vi være med henne av og til da. Fikk **gjorde ting som var litt utenfor** (veldig mye grenser hjemme)
- **Friheten, fargerikheten,** hadde innfall og impulsive, samtidig var hun helt oppegående menneske,
- **Utdannet** :
- **Verden var litt åpen** for henne

Er det noen andre egenskaper rundt du tenker på?

- På følelsen at hun var **uredd**
- **Selvikkerhet, selvfølelse** – har det fortsatt

## VEDLEGG: 7

Vi er ute etter tre, og det var en. Da er det to til 😊. Det kan være naboer, lærerinne/lærer....

Jeg hadde jo disse slektningene som vi traff hver sommer.

Det hadde vi jo. Det var altså slektninger som vi traff hver sommer som var uti, at det var g... n. For meg var de bare min sommer-verden. Da levde jeg et helt annet liv enn det resten av året.

- De var utrolig **flinke til å se oss**

Tenker du noe spesielt rundt det?

- De **så oss på forskjellige måter**. (Det er vanskelig å trekke fra noen spesielle)
- De **tok oss alvorlig**, de satt oss ned og pratet, vi ble servert saft. Det var **ikke asymmetrisk forhold**. Jeg tror det var veldig viktig.
- Jeg følte at vi **ble regnet med, verdifull**
- Miljø hvor du måtte ikke kunne så masse, **var god nok i massevis**
- De var **til å lære bort**, når vi skulle lære å seile – kom igjen, dette klarer vi – sånn miljøet var
- Lite negativ konkurranse, var mer at man drev hverandre opp,
- De **inspirerte oss til å lære, til å bli flinkere i ting**, man hadde lyst til å, hadde **nysgjerrighet på** – kan jeg **bli enda bedre**.

Tror det var det som var viktig.

Noen venner av ... venninne av meg.

- Han **så meg**, de så meg (har hatt to søstre som har vært veldig spesiell som folk har sett veldig tydelig, også har jeg på en måte vært en litt vanlige) Da var det viktig for meg de som **så meg**

Andre egenskaper ved!

- Han var veldig **musikalsk**, jeg var veldig glad i musikken hans
- Han var **veldig rolig**, for meg virket han **veldig stabil** (ble ikke veldig sinna) **balansert**

Mer om Nei.  
(Oppsummerer)

Da er vi unna første spørsmål. Da går vi videre til ...

*Når du har fritid, og du skal gjøre akkurat som du vil er jeg litt Interessert i om du leser noen blader jevnlig, eller ser på noe faste tv programmer eller serier, eller digitale ting, blogger, eller nettsider, sånn som du er jevnlig innom osv. ... Jeg skal ha tre eksempler. Hva liker du mest med å gå inn på disse? (Tre eksempler)*

Leser ikke noe særlig blader. Jeg har i grunn aldri gjort det Men his jeg leser noe sånn, er det **utdypning av noen emner, kan være fag, filosofisk, religiøst**. (Hvis jeg sitter og leser – hos legen)

1. NRK.no og VG, Aftenposten, mest hvis jeg er på nett – Nyheter
  - Liker å se om det har skjedd noe, **vite** (liker å være **oppdatert**)
  - Gå videre for å se om det **står noe mer** om det (Peder Madsen – ubåten, så leste jeg veldig mye om bakgrunnen hans)
  - Blir **nysgjerrig, hvorfor** ble det sånn
2. Stjerneekamp (ferdig)

## VEDLEGG: 7

- Musikken er det ene, **forskjellige former for musikk**
- At folk som hiver seg ut på, og flere man liker **å høre på synge**
- Hiver seg ut på, får til ting, **inspirerende folk**
- Både den **musikalske** biten, og at det tiltrekker det at – **Du ser potensiale i folk**, det er mye større enn, alle sier jo med en gang at de aldri trodd de liksom, greid **dette det største reisen de har vært på**, ti uker av livet deres, og **det største de har opplevd**, og noen har opplevd mye i forhold til det å være sterna, så, vet ikke om det ligger noe under

### 3. (ferdig)

- Det er det jo altså **historie**. Ikke alt riktig, at de store trekkene da. At det er forholdsvis riktig.
- Det er litt fascinerende at de de viser frem Viktoria og Albert sånn som **vanlige mennesker, med følelser, med tanker, med irritasjoner**. Det **ligger nært menneske tolkning**. Det ligger ganske **nært vanlige mennesker**, så man kan tenke seg selv også. Altså at de tolkningene i programmet, **hvordan de oppfører seg**, altså Dronning Victoria i England også Prins Albert og de levde på ... en god stund siden. Og poenget er jo det at for det at hun er dronning, og det var for 200 år siden, kanskje, så var jo veldig mye av det ytere veldig forskjellig, men samtidig så ser du at **vi mennesker er veldig like da – vi sliter med de samme tingene**, selv om, det er klart at det er mye mer for henne når hun skal styre et helt land, og et helt imperium, og sånn.
- Men når du **går inn på de menneskelige relasjonene** Victoria **har både til mannen sin og til menneskene rundt seg** så er det ikke så ulik det som er nå. Og da blir det ganske, **du kan liksom relatere det nesten til deg selv**, at det er noen av de tankene du har tenkt deg selv, ja så har **de funnet en løsning på det**, og ja, det **var interessant**.

Andre ting du liker med <sup>1</sup> ?

- Nei, ikke så mye mer.
- **hvordan hun løser ting**, og hvordan de ikke løser ting, jeg tenker at det er helt, det er et liv, det virker sånn **sannferdig** på en måte, **Troverdig** tror jeg er ordet, at det virker troverdig, da.

Det ble langt .... (Latter)

### 4. Beat-4-beat

- **Da er det musikken**, det er noen av de programmene som vi ikke er så glad i så da slår vi av

Men den er morsom (Ja)

- Litt konkurranse, men kanskje **det er konkurranse** jeg har sett, men det er mest musikken, tro jeg. Det er avslapping

5. Når det har vært sånne serier om liksom hverdagsserier, særlig danskene har jo hatt sånne for lenge siden, de gikk i ukesvis. Vi likte å følge med på det. Hverdagsliv for det handler om at man **kan relatere seg litt til inn** i dette selv. Det er noe av vitsen med, at **man kan relatere** til, at enten til hverdagen, eller drømmer og fantasier ....

(Amy oppsummerer)



Da er vi gjennom spørsmål 2

Når er det vi skulle gå i dag? (Latter)

*Da er vi på favorittbok eller – film? Hva som dukker opp i tanken da?*

Jeg hadde veldig sans for den derre «Rosens Navn» av Umberto Ecco, jeg lest den for lenge siden. Men det har vært mange god bøker etter det, men når du spør nå er det det som dukker opp.

Den var jeg veldig fasinert av. Men det er mange andre gode bøker som jeg har lest.

*OK hvis vi tar utgangspunkt i Rosens Navn, om du kan fortell meg om hva den handler om?*

Det er det... Den handler om, det er altså noe kloster, og for lenge siden, og **intriger**, og det er egentlig **fortellingen i fortellingen**, så vidt jeg husker, men nå er det så lenge siden jeg har lest den, så det er det som gjør det vanskelig å bruke den boken da – Den var så utrolig godt skrevet. Det var sånn festlig å lese den, ikke bare på grunn av innholdet, men på grunn av **hvordan han skrev det**, hvordan, en penn som er så god, at du liksom, han kunne skrevet hva som helst, jeg har ikke lest flere bøker han har skrevet ...

Det er mye om hat, og misunner, og **intriger**, så vidt jeg husker er det en hore der inne og, men det er det som sitter igjen, altså. Så det kan hende at det er feil rent faktisk, men det var liksom så, jeg mener det var noe forgiftning, for det var noe urter, men så var det **noen som tilslutt som fant igjen en slags skatt, at det var masse gåter, og koder for å komme dit da**, det også fasinerte meg veldig da. Så jeg må lese den om igjen.

Jeg tror jeg ble helt fengslet av den.

*Men hvis du kunne oppsummere, eller, hva handlet den om da ...*

Det handler om for det **første relasjonen mellom mange** som lever i sånn munkekloster, og sikkert kniving, alle **meneskerelasjoner mellom dem**. Nå hører jeg at **det blir veldig mye relasjoner** jeg snakker om, så det betyr nok en hel del for meg. For det er liksom det jeg føler den nesten koker ned til både her og der. (*Er ikke det morsomt!*) Så det er, jeg tror det er altså handlingen er liksom disse, og så er det selvfølgelig **hvordan noen personer greier å forbigå misunnelse, forbigå fristelser, og greier å gjøre det rette**, ikke sant. Og **hvordan de bruker, formidler hvordan de bruker tanker og hjernen sin og, og liksom en intrige på en måte da**. Jeg må rett og slett gå hjem og lese den. Det handler om relasjon mellom munker – det er en munkekloster som er hoved greie .... Jeg husker alt for lite av den.

**Hvordan noen greier å forbigå misunner** .... Ja, så at det, for at det, ikke sant, hvis han hadde et mål om å finne et eller annet, og så var det så mange som på en måte villet, det var så mange, det var nesten som å gå i en sånn labyrint, ikke sant, for å finne frem til noe, også, så er det mange sånne **dead-ends**, ikke sant? Hvor man tror at den er med på lag og kan hjelpe og så var han egentlig ikke det og så ellers var han ikke flink nok, ellers så var han egentlig en luring, eller, ja. Også det er mye **hvordan han navigert sånn**, tror jeg. Det er veldig rart ...

*Husker du hva skjedde i handlingen, hvordan det endte opp?*

Den ene han greide å finne fram til det han skulle, men nå har jeg nesten en tanke om at han til slutt døde, nei det var egentlig en dårlig eksempel. Det var noen som har greid å holde den røde tråden hele veien, heldigvis.

*Hvis det kommer opp noe mer etterpå, oi, det var også det som var med den boka, bare hoppe inn og si det ...*

## VEDLEGG: 7

### Neste, 4. spørsmål

*Ditt favorittuttrykk, eller om du har et favorittmotto, utsagn, ordtak, et som kommer til tanken nå?*

Jeg lært \_\_\_\_\_, som jeg har brukt en del, som jeg sier til andre:

«**Det kan fort gå godt**», det er ofte at man sier at det kan fort gå galt, men så hun snudde det og sa at det kan fort gå godt. Og det syne jeg var så bra.

Og så har jeg ett som jeg også har sitert mange ganger, «**Du skal velge dine konflikter med omhu**»

Det tror jeg egentlig er noe sånne,

Det er de to jeg bruker mye.

Er det ett som slår deg best nå? Jeg har nok brukt den mest i det siste, litt sånn satirisk nesten.

Da var vi gjennom det 4. spørsmål.

*Så til slutt da, det er det spennende her. Og den her er helt valgfritt, fordi noen synes at det er litt ugrei å gå inn på det, men karriereveiledning er ikke noe terapi, så jeg skal ikke grave noe greier, men det jeg er interessert i å høre er hva er, eksempler på tre historier som du husker skjedde da du var 3-6 år, det kan være alt mulig rare historier, men tre historier er jeg etter. Tidligste minner, egentlig.*

#### 1. Jeg husker veldig godt da moren min fylte \_\_\_\_\_ år.

Jeg var **veldig stolt** av at jeg hadde så ung mor. Så da husker jeg at vi var noen barn ut i hagen og husket mens hun hadde dameselskap inne på formiddagen. Det er ikke noe historie, men jeg husker det veldig godt.

Det jeg husker godt var den ene venninnen min vi var like gamle da, som var datter til en av disse damer som var der, **jeg synes liksom at jeg var bedre enn henne** for at jeg hadde yngre mor, det var sånn, moren min, **hun er flottest**. Det husket jeg, men det skjedde ikke mye mer enn det. Vi som sitter i huskene og moren som åpner vinduet og sier at nå kunne vi komme inn og få mat også, det er det som dukket opp når du spurte. Da var jeg 4 år.

#### 2. Jeg vet ikke hvor gammel jeg var men jeg husket veldig godt at jeg var lei av å bli passet av \_\_\_\_\_ n

Også skulle hun passe meg, eller vi skulle, hun skulle leie meg i hvert fall, vi skulle gå en så hovedvei. Også, av en eller annen grunn, antakeligvis, så var **jeg bare blitt ordentlig sinna på henne, eller lei av henne, eller et eller annet, så rev jeg meg løs og løp over veien**, også var det snøvær, og så kom det en bil. Den greide å stoppe, men jeg husker at liksom bilen var veldig nære meg, men den var ikke bort i meg, men jeg lå liksom på snøen, og det snødde og var kvelden, og søsteren var helt ... jeg husker ikke hvordan jeg kom meg hjem, for det var ikke så langt hjem derfra, men og hvordan, men jeg husker når jeg kom hjem, **at jeg ble veldig sjokkert over at \_\_\_\_\_ ble rasende**, rett og slett, for det at **jeg hadde ikke vært lydig**. Jeg **hadde liksom forventet** at han skulle være glad for at jeg levde, men jeg skjønner hans reaksjon, som voksen, og \_\_\_\_\_ men det **husker jeg det derre raseriet, som var helt sjokkerende**. For **det var jo ganske skremmende**, men den bilen, jeg husker veldig godt at jeg **ble sjokkert selv**, men hvor gammel jeg var vet jeg ikke, men jeg var nok ikke stor, for jeg tror vi fikk lov å krysse den veien når jeg var sju år, tror jeg fikk lov til å krysse den selv, for da begynte vi å gå på skolen, så måtte vi jo krysse den veien, så jeg må ha vært mindre enn det. Så det husker jeg godt den derre



## VEDLEGG: 7

sjokk, liksom at, både den der at han, at bilen som plutselig var der liksom. At den var helt utenfor min tanke at det kunne være en bil der, **også var det et eller annet det møtte med min**, jeg aner ikke hvor min var, for hun er ikke i bilde i det hele tatt, men **min er der og min får litt oppreisning**, kjenner jeg på, når jeg ser det bildet liksom, så er det **min**, nok kjenner på at hun fikk oppreisning, fordi at jeg fortjente å få skjenn, fordi jeg hadde ikke oppført meg ordentlig, så det hadde jeg jo ikke men. Men jeg kan ikke huske at vi kranglet noe i forkant eller noe ting. Men jeg bare husker at **jeg løp over veien**, og at den bilen, og så at det snødde veldig, nei, så det husker jeg. **Min** min husker det enda. Så av og til så kommer hun og sier, «du har alltid vært så egenrådig», sier hun når hun blir sinna på meg, nå da. Hun likte veldig godt å ha en sånn «dukke» som hun kunne stille og passe og hun likte at jeg skulle være den, **men jeg vil ikke være**. Jeg var tre år yngre enn **min**. og så synes **min** det var veldig stas med meg så lenge jeg gjorde det hun ville. Men så etter hvert så gjorde jeg ikke det, for **det passet ikke meg å være min** dukke. Så det ble jo **min** jo veldig fortørnet over og sinne over, at ikke jeg gjorde som jeg skulle. Nei da, så det jeg husker .... Mye rart...

3. Ja, jeg vet ikke hvor gammel jeg var men kunne ha begynt på skolen da, men jeg hadde en episode hvor vi var tre **min** da, og så var det ett eller annet, med at, at vi lånte symaskinen til mor, vi hadde en sånn liten sånn hånddrevne som vi kunne leke med, og kanskje var det den hånddrevne, men poenget var i hvert fall at den ene **min**, hun hadde fått fingeren under og blitt sydd tvers gjennom i nålen, og **da skrekk hun jo forferdelig**, ikke sant, **hun var sikkert veldig redd**, og det var sikkert vondt og. Og **da når hun skrekk, og vi andre så, så skrek jo alle vi tre veldig høyt**. Så da var det full baluba. Og så, **min** likte ikke at vi skrek. Så da kom **min** ned, så ble det ordnet opp i sånn at den fingeren kom ut av, at det ble ikke noe, at det kom litt blod, det gikk jo bra men, **min ble så rasende så da fikk vi hjuling alle sammen, alle som skrek fikk hjuling**. Så det var spesielt. Ingen husket hvem som hadde gjort hva til slutt da, for **vi ble jo helt forskrekket**, men siden vi holdte på med symaskinen jeg kan nok ha vært rundt seks kanskje, jeg husker ikke, husker ikke hvor gammel jeg var. Og da, det husker jeg den der **følelsen, at jeg ikke hadde gjort noe ting, men jeg hadde jo skreket vi skreket så vi var sikker helt, ... vi ble redde da. Tror det. Og da min** tålte ikke de høye lydene. Da ble **min**, egentlig, så ble **min** sint fordi at **min** ikke greide å holde ut de lydene, **min** var jo, noe som feilet **min**, det var ikke helt normalt, tenker jeg. Men sånn var det.

JA – det var tre.

**Siste utfordringen da – det er at da, hvis man tenker at disse tre historiene fra barndommen, skulle komme i avisen i morgen, også skal de ha overskrift, så skal vi finne overskrift på hver av de tre.**

**Når moren fylte 40. Hva kan overskrift være på den.**

«Verdens flotteste mor», Nei, det ble kanskje ikke overskrift men, «Flott mor fyller 40».

**Er det noe også med å være stolt, da? Du brukte ordet, jeg synes jeg var bedre enn henne ... men. et eller annet,....**

Stolt av moren min ...

**Stolt av verdens...**

Stolt av verdens flotteste mor, eller stolt av min flotte mor, men for en fire-åring var hun nok verdens...Det ville nok vært hvis det var 4-åring som hadde sagt det...

**Nå brukte jeg ordet «stolt», men er det, var det ...**

Jo, det er det, altså, det er ordet «stolt», jeg var stolt, og jeg var ... det var liksom, «faren min er sterkere enn faren din», det var den altså, at det hevet meg og, liksom. Stolthet er jo, hvis du er stolt av noe vil du også føle deg bedre selv også, ikke sant, hvis du er stolt av noen du har en relasjon til.

**Det er en bra følelse ...**

Ja, en veldig god følelse

## VEDLEGG: 7

### Hvordan kan den beskrives?

Det har noe med selvfølelse kanskje, også. Jeg aner litt sånn nedrykking av hun andre også at «Jeg er bedre enn deg,», det er ikke bare den, i etterpåklokskapen, ikke bare «jeg er bedre enn deg» men også «jeg er kjempe stolt av moren min». Så det er liksom begge deler.

### Jeg har noe som er bra, eller som er ...

Jeg har noe som er kjempe bra.

### Ja, og da var dere stolte

Ja, vi var veldig stolt altså i familien vår var vi veldig stolt, vi barna var veldig stolte av både moren og faren vår, vi synes vi hadde noen fantastiske foreldre, de var litt annerledes. Ja, nei, det tror jeg er noe sånt.

### «Stolt av verdens flotteste mor»

Det tror jeg kunne sagt som fire-åring, eller hvis jeg hadde visst at det ordet var... hvis jeg hadde det ordet var i mitt vokabular da.

### «Stolt innehaver av verdens flotteste mor»

Det ga noe ....

Ikke «innehaver»

### Jeg har noe som er bra, og det er noe med at om er kjempe bra

Som datter, så var hun, hun ga meg, min mor ga meg følelse av at jeg var noe.

### Så du var noe, og da var du «datter», men du var noe...

Fordi jeg var «datter». Og det er noe med at som barn så henger du så sånn med dine foreldre, at, Når de er bra så er du bra, så her i byen så holdt det for meg å være datter av

### «Stolt datter av verdens flotteste mor» skal vi ta med datter da?»

Ja, det blir bare litt rart ....

«Stolt av verdens flotteste mor, sier datter».

### Sier betydningsfull datter ....

Da vil jeg heller sagt, «Jeg har verdens flotteste mor, sier stolt datter»

Sier stolt fire-åring eller stolt datter

Så sa du noe at hun bekreftet for deg at du var noe...

Du var stolt av hvor flott hun var, men du også....

Du tenker på at jeg er stolt av den er

Det sa ikke jeg, men at hun ga deg en opplevelse av verdi, kanskje?

Det var en, en selvsagt verdi. Det var ikke en opplevelse, på en måte.

Den bare, jeg tenker at den dagen bare, ble det bare litt bekrefte, men jeg tror jeg hadde en følelse av hele veien, at jeg var, altså utad så tror jeg at jeg hadde en følelse av at jeg var, at jeg hadde en grunnleggende verdi, som jeg ikke har tvil om, liksom. Noe sånt.

### Det blir kanskje litt rart men, «en stolt og verdifull datter» ...

Ja, det ble litt rart fordi de sier forskjellige ting. Men jeg tenker at når man er stolt så har man en eller annen, altså hvis du føler deg verdiløs så er du ikke stolt, tenker jeg. Ja, stemmer ikke det?

Ja, da har vi «stolt»,

Hvis du ikke ....

Da har vi plassert stolt, da.

Ja jeg tror det. For jeg tenker at hvis du føler at du ikke har noen verdier og ikke har, så er man ikke stolt, tenker jeg, men det er ikke sikker det er riktig.

Ja, fordi, da har man snudd litt på det, «jeg er bedre enn henne», til å være at «den stoltheten der – av å ha den grunnleggende verdi, eller?

Ja det kan jo hende, fordi at den stoltheten kan jo være både positiv og negativ, det kan jo slå begge veier, på en måte, bokstavelig talt. Og da tenker igjen at det, men det har jeg ikke tenkt på det før, men



## VEDLEGG: 7

kanskje kan det ha med at av og til, så følte jeg meg at hun venninnen var litt over meg da. Men der hadde jeg slått henne, kanskje det. For jeg synes at hun hadde en gammel mor og far og. Og en eller annen tanke i hodet mitt var det veldig bra med unge folk. Det hadde jeg sikkert fått fra ett eller annet sted .... Ja, kanskje ☺

OK, da kan vi gå over til fortelling nummer to. Da du var lei av å bli passet av din : , også, stak over gata, og ble ordentlig sinne, du ble ordentlig sinna og rev deg løs og løp over veien.

Altså jeg vet ikke om jeg ble sinna, jeg husker ikke hva som skjedde, **hvorfor jeg rev meg løs**, men jeg vil tro, at sånn i ettertid, at jeg var rett og slett **var lei av å høre på** som skulle bestemme. Men jeg kan ikke huske at jeg ble noe sint eller noe sånt noe, men det var et eller annet som skjedde, og fordi at . likte å ha meg som dukke og jeg likte ikke å være det, så jeg vil tro at **jeg ble plutselig lei** ...

Og så var det dette med farens reaksjon, da. Så hvis vi skulle ta overskrift på den situasjon eller den fortellingen.

Ja, nei det vet jeg ikke helt.

For her er det litt flere ting, både den derre, hva skal man si, greie mellom deg og di, å ikke være hennes dukke, men så var det også den derre uventete reaksjonen fra , hvor du ventet en hel annen mottakelse enn den du fikk.

Så du .. du sa at du «rev deg løs»...

Ja det tror jeg gjorde

Så «løsrivelse», kanskje, vet ikke....

For det er litt stolthet i at jeg faktisk gjorde noe selv.

Ja, «i løsrivelsen, så», det var noe uventet reaksjon i løsrivelsen, noe sånt?

Mmmm. Det er jo det. Mm. Så det er en ... Det var egentlig litt spennende. Det var det. Ja ☺.

**Løsrivelsen ga ikke den forventet reaksjon, ga uventet reaksjon.** Det tror jeg.

**Også var du i sjokk...**

Tror nok jeg var det, jeg tror nok jeg liksom...

**I sjokk da løsrivelsen ikke ga, eller ga uventet reaksjon.**

Ja for at det var, sikkert den, nå tenker jeg, husker ikke så mye her, men altså, men jeg tenker at jeg **hadde en eller annen frihetsfølelse i det jeg løp**, også tenker jeg at det var noe annet som stoppet meg og det var den bilen, så det var noe, **noe som jeg oppfattet som var større enn meg som jeg måtte faktisk bøye meg for** men, men em, ja, nei, jeg vet ikke.

**Også sjokket ved å ....**

At da **at noen ble sint når man da nesten hadde blitt overkjørt**. Jeg skjønnte at det hadde vært ganske dramatisk. Men jeg, nei, jeg vet ikke. Men em, overaskende, nei, det var **uventet**, overaskende, eh.

**Sjokkerende reaksjon?**

Ja, det var nok **sjokkerende**, det var nok, for det at jeg husker veldig godt, jeg har liksom bilder av dette i hodet, enda og det var ganske sånn, men jeg har jo skjønt i ettertid veldig godt altså at man kan bli så sint når man blir så redd.

Ja, ja.

Sånn at jeg ser at det er veldig logisk reaksjon i ettertid, så jeg kjenner vel ikke at det er noe stor greie egentlig, men det var pussig at det dukket, for det er bare sånn som dukker ....

Men, em, men, mmm, Ja, nei det var spennende.

**Ja, går vi for da, «Løsrivelsen ga uventet reaksjon», «Løsrivelsen ga overaskende,» eller «Løsrivelsen ga sjokkerende reaksjon?»**

Jeg tror det var nok sjokkerende.

**«Løsrivelsen ga sjokkerende reaksjon».**

## VEDLEGG: 7

Mm. Ja. For en fire-åring, eller seks-åring eller hva det var for noe.

Ja.

Og så,

Nå begynner det å bli dramatisk (latter).

De tre ... ved symaskin, hva skal vi gi som overskrift der da?

Nei, det var dramatisk.

Ja, og så var det den følelse, «**jeg hadde ikke gjort noe ting**». Bare du skrek, Bare du var redd, ingen av dere tre, dere ble skjent på. Fikk hjuling. Så hva skal vi kalle dette her for noe?

Det er jo et **uventet reaksjon**

Ja. Men det var juling.

Ja.

Du var uskyldig på en måte.

**Uforutsigbar straffereaksjon**, det er det. **Uforutsigbar reaksjon, og, urettferdig** sett fra et barns øyene. Det var det. Det var rett før barnevernet burde vært der (ler), uffa mei.

«**Den uskyldig jente møter, uforutsigbar og urettferdig straffereaksjon.**» Du var litt uskyldig.

Ja. Som sånn jeg husker det, sto jeg og bare så på de andre. Men jeg vet ikke men, det kan til og med hende at den som fikk fingeren i mellom, hun også sveivet eller trykket på gassen, eller hva vet jeg, jeg husker ikke det der nok, det kan hende at de andre husker det bedre. Men, etter min hukommelse, så det lille jeg kan huske av det var **jeg egentlig var bare der**, også dette skjedde, og at, selvfølgelig den som gjorde det hylte, eller, den som og den som, hvis det var to forskjellige, **så de hylte, så hylte jeg**, for **jeg ble redd for de hylte**, så jeg var nok ikke så stor egentlig, Jeg vet ikke, fem, jeg var ikke så stor. Vi begynte ikke på skolen før vi var sju, så

**Men den følelse, du hadde ikke gjort noe ting.**

Ja, nei det var en følelse der at jeg liksom ....

Hvilken ord kan vi bruke på den, altså, da var du ....

**Urettferdig**

**At det som var gjort var urettferdig? Men du hadde ikke gjort noe ting.**

Jeg tror ikke **jeg hadde gjort noe ting**, ikke noe annet enn å skrike, så, em, nei jeg vet ikke.

**Uskyldig jente møter uforutsigbarhet**

og grov urett ...

Det er så mye fine ord ☺

«**Uskyldig jente møter grov urett**».

Det var jo det egentlig, sett helt utenfra.

«**En uforutsigbar, urettferdig straffereaksjon**»

**Kanskje vi kutter ut den? Bruker det første?**

Ja, jeg tenker altså, jeg som har vært mor og har barn selv, så vet jeg det at jeg aldri noen sinne ville blitt så sint, at jeg kunne gjøre noe sånt mot mine barn. Når er det jo sånn at

... så man må se det i lyset av at dette var en vanlig avstraffelsesmåte, eh, og jeg så dette i lyset når jeg fikk barn at jeg skulle i hvert fall ikke gjøre det med mine barn. Så det er ikke en sånn forferdelig ... om plutselig begynner å slå noen, men, eh, men man er en produkt av sin oppvekst, samtidig tenker jeg at, sånn sett i ettertid **så er det urett**, men eh, sett fra ... side så vil det være, jeg, da ville jeg kalle det en overreaksjon. Men sett fra barnets side, så vil jeg sagt at det var **grov urett**.

**Da har vi det.**

Ja.



## VEDLEGG: 7

«Uskyldig jente møter grov urett». Rett og slett. Da har vi de tre. Eh, vi har da, «Jeg har verdens flotteste mor, sier stolt datter». Vi har, «Løsrivelsen ga sjokkerende reaksjon», Og så har vi da «Uskyldig jente møter grov urett».

JA, også da er vi ferdig men den, da har vi kommet i mål. Før du går så sier jeg bare hva som skjer nå, at jeg tar alt dette som vi har komme frem til også prøver jeg å si dette sammen, med dine ord. Jeg bare oppsummerer kjapt for deg så du vet hva .... Eh, ja.

Tante<sup>1</sup>      slektninger og I      sier noe om den du er, og den du ønsker å bli mere av. Så måten du beskrev de her på, sier veldig mye om deg, Solveig, det er kjempegøy.

Tidlige minner sier noe om din pre-occupation, hva du er opptatt av, og det er noe med at det vi opplever veldig tidlig i livet, og det som på en måte kommer til din tanker nå, sier noe om hva du er opptatt av nå, eh, så vi bruker de herre egenskaper gjennom livet, vi bruker disse som å spikke på den her tingen som skal rette seg gjennom livet, så det er på en måte den røde tråden, som på en måte man spikker på, jeg vet ikke om det...

Jo, jo, jeg ser det.

Så er det da **omgivelser**, disse blader, tv-programmer, nettsider, hva det måtte være – «setting» Jeg liker å være rundt mennesker og holder på aktiviteter som, og da bruker vi dine fortellinger om NRK, VG, Aftenposten, Sternekamp, Victoria, og beat-for-beat, litt om de omgivelsene der du har lyst til å være, på en måte. Eh, så måten du beskrev disse, sier noe om omgivelser.

Så, er det her litt spennende, fordi, eh, det var noe fantastisk med den boka, men på et eller annet vis sier hva du sa om boka, eh, litt om det du tenker om din egen handling, din egen situasjon nå, og hva det du tenker kommer til å skje eller skjer der. Så det er liksom omgivelser, og så er det **plottet**, og så, på en måte, syr vi dette her sammen, så har denne framgangsmåten, suksess-formula da, med selvbilde, med omgivelse, med plottet, og så er det mottoet da, ordtakene - **self-advice**, hva du sier til deg selv nå sånn at du får dette til.

Det var litt morsomt, da jeg leste dette råd til meg selv, så tenkte det er det noe man har råd til, ja? Har jeg det, råd til meg selv? Har jeg penger nok? **Selv-råd** da.

Så da gjør jeg min beste forsøk på å sy dette her sammen, og så møtes vi igjen, og så ser vi hvordan det ble, og så retter vi det, og da har jeg, på en måte, vi prøver å spikke det sammen, og så finner vi da en handlingsplan.

Spennende. Det var litt spesielt.

Så, det, også tenker jeg at denne samtalen, ... et, også du helt sikkert kjent litt, når du har på en måte tatt den samtalen, og brukte de beskrivelsene som kom opp i de fortellingene du fortalte, antakeligvis du som er så skarp på mennesker, altså du begynner å se den tråden selv, allerede, sånn at det blir ikke noe overaskende det som kommer i neste samtalen.

Nei. Overraskelsen, er sånn litt mer, jeg synes det var veldig overaskende og morsomt med det som dukker opp, for sånn du sier, når du stiller disse spørsmålene så ser jeg jo, og som jeg sa dette med **relasjoner, dette med å bli sett, dette, altså det ser jeg med en gang.**

Hvor viktig det er for deg.

Ja, Det er sånn tankevekker, egentlig, ja, det er det.

Da håper jeg at det var til nytte så langt.

Ja, det var veldig spennende.

Det er det som er poenget, å være til nytte.

15.11.17 / Livsportrett - Versjoner 4

### Engasjement / Opptatt av ....

I møte med denne overgangen er min underliggende bekymring «uforutsigbarhet, usett, oppleve urett, være 'dukke'».

Det minner meg på følelse av «redsel, sjokk og urett, bli bestemt over».

### Selvilde ....

For å løse mine utfordringer fra barndommen ble jeg/ønsker jeg å bli som voksen som er ured, fargerik, har frihet, er selvsikker og gjør ting som er litt utenfor - som en oppegående, åpen, utdannet, balansert, rolig og stabil person med litt innfall/impuls. Flink til å se andre, ta andre på alvor, gi følelsen av verdi og inspirere til læring.

Disse styrker er viktig i min neste beskjeftigelse (eks, hobby, jobb, utdanning).

De har formet min karakter ved å snu å være andres dukke/usett/uforutsigbarhet/asymmetri/urett til frihet/ser andres verdi & stolthet/stabilitet/symmetri/balanse (løsrivelsen?)

Gitt dette selvet som jeg har bygd, liker jeg å være sammen med lignende mennesker som er åpne/frie, balanserte/stabile, flinke til å se, tar (andre) på alvorlig og inspirerer.

### Omgivelser ....

Jeg liker steder som der det er utdypning av noen emner (filosofisk, religiøs, og som, er musikalske, troverdige, og/eller som driver med å se potensiale i folk, vanlige mennesker, med følelser, med tanker, med irritasjoner, hvordan [de] løser ting

Jeg liker å løse problemer som fører til å inspirere folk til å bli nysgjerrige på om [de] kan bli enda flinkere

ved å bruke prosedyrer som med å gå videre, vite og være oppdatert, å gå inn på de menneskelige relasjonene, musikken, å synge

### Manus / «plot»...

Favoritt fortellingen min, «Rosens Navn», handler om relasjonen mellom mange, alle menneskerelasjoner mellom dem. Hvordan noen personer greier å forbigå misunnelse, forbigå fristelser, og greier å gjøre det rette. Hvordan de bruker tanker og hjernen sin og, og liksom en intrige på en måte da. Hvordan noen greier å forbigå misunner. Han hadde et mål om å finne et eller annet, og så var det så mange som på en måte villet, det var så mange, det var nesten som å gå i en sånn labyrint, ikke sant, for å finne frem til noe, også, så er det mange sånne dead-ends, ikke sant? Var han ikke flink nok, ellers så var han egentlig en luring? hvordan han navigert. Fortellingen i fortellingen, noen som tilslutt som fant igjen en slags skatt, at det var masse gåter, og koder for å komme dit da. Han greide å finne fram til det han skulle. Det var noen som har greid å holde den røde tråden hele veien, heldigvis.

Hvis jeg tar til meg manus fra «Rosens Navn» vil jeg i alle menneskerelasjoner, forbigå misunnelse og greie å gjøre det rette – bruke mine tanker og hjerne til å navigere i labyrinten (med masse gåter og koder) for å finne frem og husk på at jeg er en luring, for så å tilslutt finne igjen en skatt. Gjøre dette ved å holde i min røde tråd hele veien.

Ta i mot utfordringer livet gir meg og like vel være et menneske – kjør respekt for. – se i speilet – du er nå.



**Min beste fremgangsmåte:**

Jeg kommer til å kjenne meg mest glad og tilfreds når jeg (selvbilde) kan være uredd, fargerik med litt innfall/impuls, fri og åpen, selvsikker og balansert i omgivelser der mennesker liker å være oppdatert og blir nysgjerrige på utdypning av noen emner der vi inspirerer til læring (og er musikalske) ved å se andre, ta andre på alvor, gi følelsen av verdi, sånn at jeg kan snu å være andres dukke/uset/uforutsigbarhet/asymmetri/urett til frihet/ser andres verdi & stolthet/stabilitet/symmetri/balanse (løsrivelsen?)

**Motto /Selvråd ...**

For å bruke «min beste fremgangsmåte» nå, er det beste rådet jeg kan gi meg selv:

«Det kan fort gå godt», «Du skal velge dine konflikter med omhu»

"Hvordan var dette for deg"

Jeg synes det er varm og spennende

01.09.17

Den gode utgaven av meg selv

Den friske  
top i forhold til energi

① Trene meg i å ønske meg noe av arbeidsgiver

⇒ Ta den plassen, komme med ønsker

⇒ Trene tanken på det

② Ser at som lærer- får jeg mye -

③ Bygge opp troen - kan det igjen -

⇒ Holde fast i.

## Loggskjema

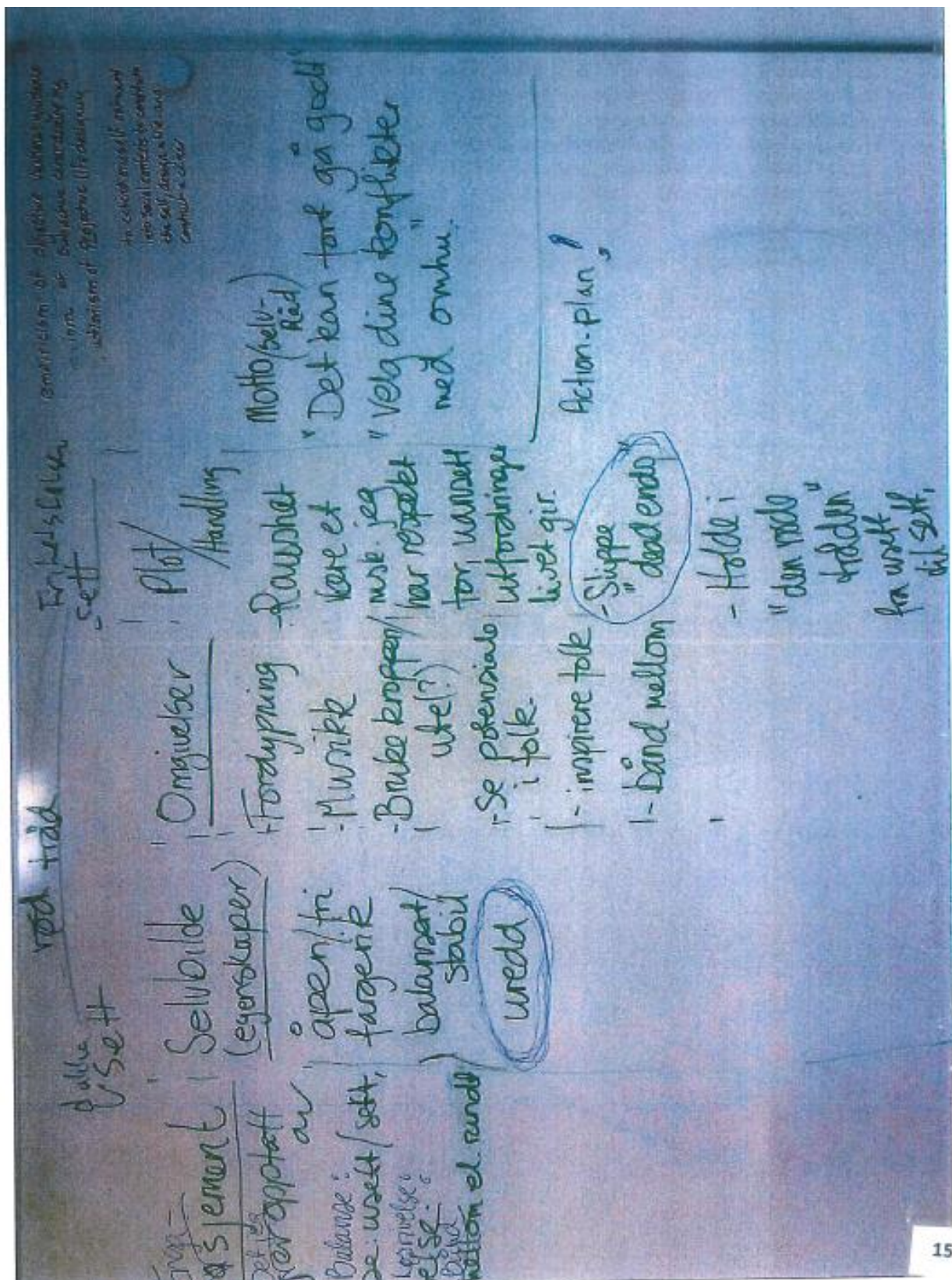
Dato: 112017 - Versjon 4
<p><b>Hva gjorde du?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hadde booket samtaletime med [redacted] dag med plan om å gå gjennom livsportrettet.</li> <li>• Rakk ikke å gå gjennom hennes fortelling (transkribere, lage portrettet)</li> <li>• Måtte finne en plan B der og da- jeg opprettet en vip24 kartlegging (alle 5 solargraf)</li> <li>• Mens hun satt på min plass og fylte ut «Interesseutforskeren» satt jeg i rommet ved siden av og jobbet med transkribering av opptaket av hennes CCI samtale. Gjennom dette fikk jeg hørt og husket mange detaljer fra forrige ukes samtale. Jeg sjekket inn med [redacted] inni mellom om hvordan det gikk med Interesseutforskeren. Noen spørsmål var litt vriene da det var å «tolke» de så svar ja/nei.</li> <li>• Når hun var ferdig satt vi sammen og så på solargrafen sammen og gikk gjennom RIASEC svarene hennes. Hun «klikket på» I-C-S som sin riasec-kode, men i samtalen, og å se nærmere sammen på de svarene, er det heller I-S-A/C som hun egentlig er per i dag. Vi snakket sammen om hvordan interesser slår ut forskjellig i livet, og det kjente hun seg igjen i. Det som slo ut mer før – ikke det samme akkurat nå.</li> <li>• I gjennomgangen av I-S-A profilen, Tok jeg frem hennes rollemodeller fra CCI som hadde S/A egenskaper, og Jeg tok frem hennes beskrivelse i interesse for nyheter/avis som spiller i interesser. Det kom også frem detaljer fra første samtale om det hun trives med/tapes energi fra – noen fine refleksjoner og nye små fortellinger.</li> <li>• Vi også gikk inn på utdanning.no/Interesser – og jeg viste henne hvordan hennes profil kan lenkes opp mot de interessene der, for videre utforskning, Viste også hvordan hun kunne lete frem til hvilket som helst yrke, og bedriftsoversikten.</li> <li>• Jeg delte noe faglig med henne: forklaring om de andre vip24 hjulene, og sendte mail med My Story – som digitalarbeidsbok.</li> <li>• Vi satt opp ny tid neste torsdag for å gå gjennom livsportrettet.</li> </ul> <p><b>Hva tenker du?</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jeg tenker at vi hadde en fin prosess i dag, til tross for at det ikke ble som det skulle</li> <li>• Da vi jobbet hver for oss, opplevde jeg i transkriberingen, hvor viktig det var for å «bli sett» - som gjorde at jeg gikk inn til henne underveis, og satt meg ned for å «se».</li> <li>• Det var også en artig måte å flette vip24 med CCI på – å se hennes egne ord/beskrivelser om egenskaper hun har/verdier hun har/interesser hun har, men «klikkingen» på digitale svar. Tenker at det som ikke gir mening, med det digitale, fikk mening fra denne sløyfen.</li> <li>• Det kom også frem at [redacted], også var noe skeptisk til datakartlegging, men samtidig var nysgjerrig på det. Jeg tenker det var godt at vi forholdte oss til det som noe hun kan velge å ta tak i siden, også i veiledning her, eller la være. Det kan hun faktisk være med på å bestemme /velge selv</li> </ul>

## VEDLEGG: 7

<b>Hva føler du?</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Jeg følte meg uproff for å ikke har klart å transkribere til samtalen, som planlagt</li><li>• Jeg følte meg resourcefull i og med at jeg klarte å snu samtalen til noe nyttig allikevel</li><li>• Jeg følte at [redacted] ble sett, og at vi hadde en god tone oss imellom – at vi dro nytte av relasjonen.</li><li>• Jeg føler at prosessen går kanskje alt for langsomt mot mål – men gjør det noe? Både hun og jeg har god tid – men når blir god tid til dårlig erfaring?</li></ul>
<b>Hvordan opplever du det?</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Greit og ugreit. Ugreit, fordi jeg burde ha fått planlagt bedre og brukt tiden min bedre til å få inn hennes historie. Konkurrerende steder å rette oppmerksomheten min. Greit, fordi jeg fikk brukt noen av mine ferdigheter til å snu på det – samt gjøre ting med en ny vri, og lære litt av det. Jeg fikk ny øye på vip24 – og narrativ veiledning. Målet er jo å nyansere disse søylene, men gjør CCI det bedre – hvor man også ser lettere den røde tråden i fortellingen?</li></ul>
<b>Hva har du oppdaget?</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Oppdaget nye måter å se vip24 på i fm narrativ fokus – Det å bruke det se sammen, spør hva det betyr for deg/hvordan slår det ut for deg – hva stemmer/ikke stemmer</li><li>• Oppdaget ny måte jobbe eklektisk mellom vip24 og CCI</li><li>• Fikk bekreftet at jeg klarer å snu ting til det beste, nok en gang.</li></ul>
<b>Hva er det lurt å gjøre?</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sette OGSÅ av TID i kalenderen til transkribering/Livsportrett – slik at det ikke skjer som nå.</li></ul>



## VEDLEGG: 7





## VEDLEGG: 7

### Min beste fremgangsmåte:

Jeg kommer til å kjenne meg mest glad og tilfreds når jeg (selvbilde) kan være uredd, fargerik med litt innfall/impuls, fri og åpen, selvsikker og balansert i omgivelser der mennesker liker å være oppdatert og blir nysgjerrige på utdypning av noen emner der vi inspirerer til læring (og er musikalske) ved å se andre, ta andre på alvor, gi følelsen av verdi, sånn at jeg kan snu å være andres dukke/usetts/uforutsigbarhet/asymmetri/urett til frihet/ser andres verdi & stolthet/stabilitet/symmetri/balanse (løsrivelsen?)

### Motto /Selvråd ...

For å bruke «min beste fremgangsmåte» nå, er det beste rådet jeg kan gi meg selv:

«Det kan fort gå godt», «Du skal velge dine konflikter med omhu»

Actionplan: Tiltak

Strategi på en dårlig dag. Fra Frykt til fearless.  
Bli sett! → i venn → oppmuntning og løfte meg.

→ Snakke m/ arb.giver og -arb.giver.

Career Construction Interview –

11.18 – Veisøker 5

Til nytte?

Jeg vil bruke dine kunnskaper til finne ut av hva jeg skal videre og hva jeg vil, sånn lidenskapelig da.

Jeg vil prøve å få støtte og veiledning av deg for å finne min vei.

Kanskje bli sikker på valget.

Kvalitetssikre meg litt da, at jeg passer, at det ikke er bare en ungdomstanke, men at det også passer i min voksen vei. Nå er jeg . og jeg føler at det er mye som skjedd . gått fra å være mye ungdom til å ha mer voksen tanker. Da vil jeg gjerne ha litt proff.

Evt. det vi finner ut, åssen veier jeg kan gå, planlegging.

*Hvis du kan tenke tilbake så langt tilbake du kan, om du se for deg eller kan tenke på noen som var viktig for deg da, som du så litt opp til, det kan være faktiske mennesker eller figur fra en fortelling, eller tegneserie, eller på tv, kan være en tante, en lærer, en nabo, det kan være hvem som helst bare ikke foreldre, for de valgte du ikke .*

Jeg har alltid sett opp til som er

- Hun er sterk, en sterk kvinne, hun er modig, kunnskapsrik (utdannet ), veldig veldig flink, snakke, og kjemper for ting, hun gjør mye stort i , hun fascinerer meg veldig, hun er følelses ladet, sånn som jeg er, og kan også på en måte være svak, men hun er så sterk i alt hun gjør, hun berører så mange mennesker, og det fascinerer, hvor langt hun klarer å nå ut psykisk da med folk om ting, hun har alltid vært veldig gøy person (gikk på McDonalds, det var alltid når jeg gikk på McDonalds – hun setter gøy ting foran andre ting. Jeg er veldig opptatt av kroppen, vil ikke la barn, jeg er mer sånn, hun er ikke så nøye – fascinerende at hun kan være litt sånn. Hun oppsøker mye spenning – dro bare til ett år, så langt unna det jeg, jeg hadde ikke, så reddehals i forhold til hun sett litt opp til hun, skulle kanskje ønske at jeg kunne bli sånn. Hun er en veldig sosial person, hun jobber mye, er en stå på person, jeg følte at hun var veldig flink til å se meg, kreativ – maler og synger.
- Han er veldig nysgjerrig, veldig glad, en positiv fyr, ble litt down i filmen, men du ser hvordan han klatrer seg opp, dyrker seg selv på nytt, det synes jeg var interessant, fascinerer meg, Han har evnen til å dritte litt i ting. Blåser i det og koser seg med dem, og spisser insekter, gir litt slipp på normer, tror jeg likte det, han var jo veldig pen. Veldig sterk figur – bekjemper det onde, redder verden, superhelt, redder familien sin, veldig klok, reflektert, veldig følsom («Can you feel the love tonight») – Sterk fysisk, omsorgsfull

Jeg var uhyrlig glad i Det var hele barndommen min og alt som er i den filmen, den sorgen, , alle de figurene, jeg satt klistra, slet ut en VHS kassett, jeg så så mye på denne filmen, fikk den da jeg var 4 år – – hele barndommen. Som gjenspeiler kanskje hvordan jeg er.

-----

Jeg følte det trygt å se på , det som jeg synes var rart når jeg studerte Selv, en film, sterk –

mm

## VEDLEGG: 8

– store ting å takle emosjonelt – store ting, som en 4 åring – hele barndommen sett om igjen, om igjen, - sier det noe om meg som en person, eller bare forelsket meg i all dramatikk, gråter nesten enda – selv om voksne.

Jeg hadde dødde når jeg var 3 – Han dødde, – Skjedde rett før jeg så Kanskje jeg ser litt gjennom den filmen. utløper – Jeg har kanskje alltid vært redd for at noen skal dø, ekkelt følelse...

(Alltid vært veldig glad i alle rundt meg). Jeg følte meg **veldig trygg**. Der fikk jeg masse, han **fant alltid på så mye gøy med meg**, han var min **store rock**, **gråt jeg så gråt han**, kunne være 100% meg selv, jeg så veldig opp til han, var veldig trygg hos han.

**Beskyttet** meg, **omsorgsfull**, lett å lese følelsene på, vet hvor du har, flink til å **finne på morsomme ting**, veldig **god samtale partner** for meg, sto meg veldig nært følelsesmessig som barn, var så innmari glad i han. Vil si at han er **kreativ** i at han **fikser** mye, **løser** mekaniske problemer, vet hvordan han skal **ordne ting**. Han er til tross for utfordringer, **stått i det** og kommet gjennom. Beundringsverdig. **Veldig sporty og naturlig sprek**. Og **gøyal** da – **morsom**.

*Om du ser på noen faste TV-programmer eller serier, nettsider, blogger, noe du leser eller ser på jevnlig?... Hva liker du med disse?*

Jeg er veldig film person, er det serier, - jevnlig/gjentakene - serier

- **NY, fasion, drama, mye penger, livsstil**
- Jeg synes de har vanvittig fine klær, **morsomt** å se, **motemiljøet, designe ting**, det **kreative**, det lukrative, luksus, limousiner, valser i pengene
- De er **smarte**, prøver å få høye karakterer, **sterk**
- **Vennegjeng, mote,**
- **Oppstår mye hele tida, etterforske, drama, mye rart hele tide,**
- **finne ut, Krim, løse mysterium**
- **Sterke jenter – emosjonelt, aldri redde**
- **Følger menneskers liv, hvordan de har det**
- **Reality (kjent), Ikke noe isenesatt**
- **Mye fashion, trening, mote**
- **Sterke mennesker – når langt – begynner med små ting, plutselig veldig kjent**
- **Fra vanlig mennesker til beundringsverdig**



*Bok – favoritt fortelling -*

**Harry Potter**

Jeg elsker HP, står mitt hjerte veldig nært. Der er jo, at dem er veldig **smarte, superhelter**, elever, og dem er går på skole og lærer, fasinerte på Hermine, har klokke - går i forelesning før det er det – **smart**. Synes **konseptet er bra**, så mye. Skolemiljø, alle de forskjellige lærerne, så mange personligheter, **smarte, redder veden, modige**, ikke egoistiske,

*Hvis du skulle fortelle hva den handler om, reklamere*

En gutt som er veldig annerledes enn all andre, som finner ut at «**oh, shit! Jeg er en trollmann. Ja. Ikke sant. Han går i en annen verden, som det ikke er vanlige mennesker i, men mennesker som har en overnaturlig evne.**» Og da møte han Hermine og Ronny, og kommer inn på en skole som er helt fantastisk, Galtvort. Det er noe med – de er sosial – får begynne litt på nytt, da. Som den han er, på en måte. Han får en som er veldig, veldig god venn (Ronny – [trygt]) og så finner han Hermine som er gjengens hode – strategi/ordensmenneske – holder akustisks på dem. Og så er det veldig mange lærere der som vil han vel, som beskytter han, trener han opp, fordi han er veldig utsatt. Han er «målet» til noen. Han blir fylt opp veldig mye med kjærlighet, de fyller han opp litt, for å være mer modig enn det han er.

*Har du et favorittuttrykk eller et favorittmotto?*

«Det som ikke dreper deg gjør deg sterkere».

«Hvis du triner skikkelig, kan det bare gå oppover». Ting kan bare bli bedre enn det det er nå.

Liker lidenskapelige uttrykk, reflektert – om meg som person, også tilknyttet kjærlighet .....

«Det vet jeg ingenting om, det klarer jeg lite, men det klarer jeg», «Det har jeg aldri prøvd før, men får det sikkert til» - Pippi

*Hva er dine tidligste minner?*

1. Minne fra barnehage – at jeg var veldig glade i ei og knyttet til ei som var ansatte i barnehage, veldig **trygt**. Slet veldig med å sove borte - skille mellom mamma og pappa. En liten fortelling, hva som skjedde.
2. **,fasinerer barn**
  - a. Begynte på skolen, og meg og . tok buss hjem sammen
  - b. Og så dro vi stolene i stua sammen og så så vi på i sammen hver dag
    - i. «**Trygge barn søker spenning**»
  - c. Timen før mamma og pappa kom hjem.
3. **Barn med sterk personlighet gjennomskuer voksenpåvirkning -**
  - a. Jeg husker at mamma kjøpte dokkevogn til meg i bursdagsgave
  - b. Men jeg likte ikke dokker. Jeg tenkte at dokker ser ut som barn, og jeg er barn, så jeg kan ikke ha barn, så jeg synes at det var **urealistisk å være mamma** – når jeg ikke kunne være det. **Så jeg byttet ut dokkene mine med bamser**. Jeg husker at **mamma ville så gjerne at jeg skulle leke med dokker, men jeg husker at jeg tenkte – synd for deg. Jeg tar ut dokka og putter inn bamse. Strategi, plan, gjennomført, ferdig**. Gjennomskuet hun som voksen, **synd for deg, jeg leker med bamser**. Mamma vil at jeg skulle være jente, flette håret, gå i kjole, - mitt hår skulle være løs, vil ikke ha kjole. **Klarte ikke spille så lett i rollen** – jeg kunne leke M-F-barn med meg selv, men ikke med dokker – **klarte ikke være**



## VEDLEGG: 8

kreativ hvis ikke det var realistisk. ( ?)

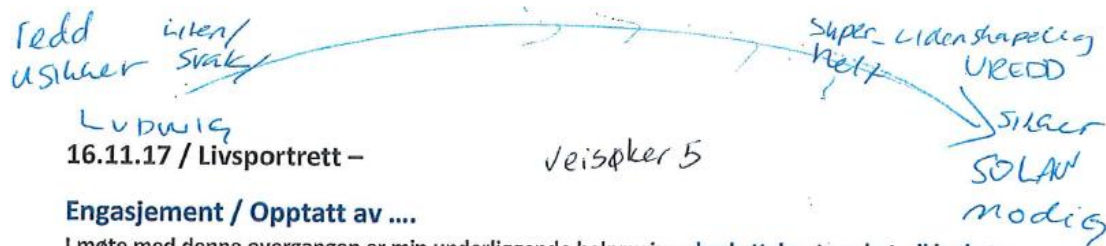
### 4. Forskolelærer, en god skuespiller, fenger barns oppmerksomhet

- a. Eventyr, sang, spenningsgreie – som førskolelærne oss i 1. klasse hadde
- b. Vi gikk ut på åker, lyd, kom ufoer – måtte hjemme oss, spenning, løpe, løpe
- c. var så innmari leven, teater, å **leve seg i rollen**, husker at jeg var så fasinert av hun, når hun **begynte med den aktiviteten**, så var jeg faget, synes hun var veldig morsom som skylte seg ut, fagerik, morsom dame.

### 5. Skriking gir ubehag (ikke trygghet).

- a. Minner fra 1 - Hadde på , smurfene, ' - men ikke noe spesifikk som skjedde. 7-8 år Jeg **bemerket meg veldig for de ulike** - de skrek ", jeg synes det var skummelt – redd av hun – hun var dominerende.

pp



### Engasjement / Opptatt av ....

I møte med denne overgangen er min underliggende bekymring «beskyttelse, trygghet, sikkerhet». Det minner meg på følelse av «redsel, usikkerhet».

### Selvbilde ....

For å løse mine utfordringer fra barndommen ble jeg/ønsker jeg å bli som voksen

- Sterk, modig, jobber mye, stå på person, kjemper for ting,
- kunnskapsrik, nysgjerrig, veldig klok, reflektert
- berører så mange mennesker, bekjemper og redder
- veldig sosial, flink til å se [andre], god samtale partner, omsorgsfull, trygg, (gråt jeg så gråt han – empatisk)
- veldig gøy, finne på morsomme ting,
- ikke så nøye, litt slipp på normer
- oppsøker mye spenning, veldig følsom
- Sterk fysisk, sporty, naturlig sprek.
- fikser, løser, ordner,
- kreativ,

Disse styrker er viktig i min neste beskjeftigelse (eks, hobby, jobb, utdanning).

De har formet min karakter ved å snu *redsel*, å være vanlig til *trygghet/sikkerhet*, nå langt/kjent *følg lidenskapen*.

Gitt dette selvet som jeg har bygd, liker jeg å være sammen med lignende mennesker som er *morsomme, nysgjerrige, kreative, står på og i ting, omsorgsfulle, trygge, sporty*,

### Omgivelser ...

Jeg liker steder der det *oppstår mye hele tida, etterforske, drama, mye rart hele tide*, og som *har sterke mennesker, en vennegjeng*, eller som *driver med fashion, mote, livsstil, trening*

Jeg liker å løse problemer som fører til *løsning på mysterium*, ved å bruke prosedyrer som, å *finne ut, designe ting, kreativitet, trene, begynner med små ting, plutselig veldig kjent*,

### Manus / «plot»...

Favoritt fortellingen min, Harry Potter, handler om En gutt som er veldig annerledes enn all andre, som finner ut at «oh, shit! Jeg er en trollmann. Ja. Ikke sant. Han går i en annen verden, som det ikke er vanlige mennesker i, men mennesker som har en overnaturlig evne. Og da møte han Hermine og Ronny, og kommer inn på en skole som er helt fantastisk, Galtvort. Det er noe med – de er sosial – får begynne litt på nytt, da. Som den han er, på en måte. Han får en som er veldig, veldig god venn (Ronny – [trygt]) og så finner han Hermine som er gjengens hode – strategi/ordensmenneske – holder akustisks på dem. Og så er det veldig mange lærere der som vil han vel, som beskytter han, trener han opp, fordi han er veldig utsatt. Han er «målet» til noen. Han blir fylt opp veldig mye med kjærlighet, de fyller han opp litt, for å være mer modig enn det han er.

Hvis jeg tar til meg manus fra Harry Potter vil jeg gå i en annen verden, møte gode venner som også hjelper med å holde orden/strategi. Der mine «lærere» vil meg vel, beskytter meg, trener meg opp, «fyller meg opp med kjærlighet – for å være mer modig enn det jeg er.

## VEDLEGG: 8

### Min beste fremgangsmåte:

Jeg kommer til å kjenne meg mest glad og tilfreds når jeg:

Kan være kreativ, sosial, modig, sterk og smart i omgivelser der mennesker er omsorgsfulle, finner på morsomme ting, slipper normer/ ikke er så nøye, der vi berører mange, er litt kjent skylder oss ut, og er beundringsverdig ved å trener, designer, finner ut, løser mysterium, sånn at jeg kan være trygg i å drive på med det jeg har lidenskap for.

### Motto /Selvråd ...

For å bruke «min beste fremgangsmåte» nå, er det beste rådet jeg kan gi meg selv:

\* «Det som ikke dreper deg gjør deg sterkere».

«Hvis du triner skikkelig, kan det bare gå oppover».

«Det vet jeg ingenting om, det klarer jeg lite, men det klarer jeg», «Det har jeg aldri prøvd før, men får det sikkert til» - Pippi



Selvbilde/ (egenskaper)	Interesser	Plott	Motto Selv-tal Rippi	Character arc Lustena:
<ul style="list-style-type: none"> <li>Kunnskapstrix</li> <li>Fysisk stæx</li> <li>Kreativ</li> <li>Trygg for meg selv og andre.</li> <li>Løsningsorientert</li> <li>Følsemfølsom</li> <li>Observant for andre mennesker</li> <li>Klok</li> <li>Har det gøy</li> <li>Berør andre mennesker</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Felleskap → Ha det bra. "gode kollegaer".</li> <li>Være omringet av mennesker jeg ser opp til. At jeg finner en styrke..</li> <li>Miljø der man kan finne ut ting og være kreativ.</li> <li>Skjer mye. Spenning.</li> <li>Et motivert og profesjonelt trykk.</li> </ul>	<p>Om vi en videre</p> <p>Finner ut</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Annen verden</li> <li>Overnaturlig evner</li> <li>Stule/fantastiske</li> <li>Begynt på nytt</li> <li>God venn, finner en god venn</li> <li>Lære som offer og andre</li> <li>Bli mer modig.</li> </ul>		<p>Til</p> <p><del>redde</del> - Trygghet</p> <p>Til noe</p> <p>Dum</p> <p>linegyldig Til sporelig</p>
				Action plan
				<ul style="list-style-type: none"> <li>Søke andre jobber</li> <li>Ta mer utdanning</li> </ul>



