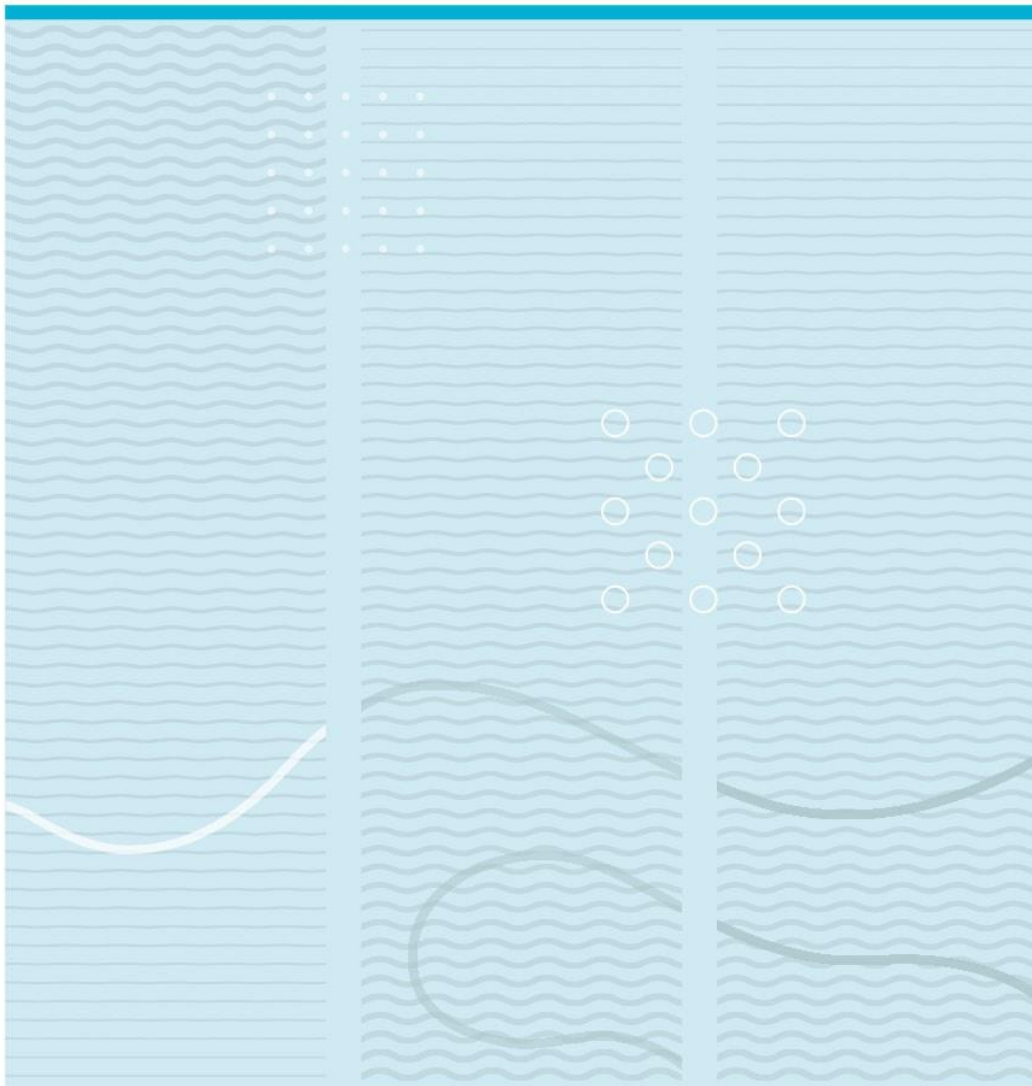




Sonja Susnic

«Overgangen fra elev til student, sett med studenter i høyere utdanning sine øyne»

En kvalitativ studie av studenters erfaringer og meninger om karrierelæring i videregående skole og om overgangen fra elev til student.



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

<http://www.usn.no>

© 2019 Sonja Susnic

Denne avhandlingen representerer 30 studiepoeng

Sammendrag

Med denne oppgaven og via min forskning ønsker jeg å gi et helhetlig bilde på hvilke utfordringer studenter i høyere utdanning har hatt på veien fra elev i videregående skole til student i høyere utdanning. Jeg har vært nysgjerrig på hvilke emosjoner de har hatt i prosessen og hvilke aktiviteter og læringsmetoder i videregående skole de ser på som nyttige for utvikling av karriereferdigheter og karrierekompetanse.

Mitt datamateriale har jeg hentet fra et strukturert fokusgruppeintervju med fem studenter, som bor i Oslo, og har gått på videregående skole i Vestfold på ulike studieforbereidende programmer. Alle har flyttet hjemmefra, startet opp med studier, har ansvar for egen økonomi og etablert nye nettverk og roller. I tillegg til å intervjuer studentene, fikk de i oppgave å fylle ut sin egen endringskurve for perioden 1. januar 2018 til 19. november 2018, som var siste del av videregående skole og fram til gjennomføringen av fokusgruppeintervjuet. Denne oppgaven valgte jeg for at studentene skulle visualisere sine emosjonelle svingninger i perioden. Svarene de ga på intervjuet og materialet fra endringskurven danner datagrunnlaget for min analyse.

Mine forskningsspørsmål:

- Hvilke erfaringer har studenter i høyere utdanning med karriereveiledning og karrierelæringsaktiviteter i videregående skole?
- Hvilke karriereutviklingstemaer, aktiviteter og metoder fremhever studenter i høyere utdanning som viktige for utviklingen av gode karriereferdigheter og karrierekompetanse?
- Hvordan opplevde studenter i høyere utdanning overgangsfasen fra elev til student og hvilke faktorer var viktige i denne fasen?

Datamaterialet fra fokusgruppeintervjuet har jeg sortert i tabeller. Utsagnene, som er studentenes deling av erfaringer og meninger, ønsket jeg å bringe videre i en komprimert form, slik at budskapet de kom med skal bli hørt.

I forkant av mitt fokusgruppeintervju gjorde jeg et forarbeid lokalt i Vestfold, for å øke min kompetanse om praksisfeltet, både når det gjaldt dagens praksis på skolene innen

karriereveiledning og karrierelæring og hva som skjer på systemnivå i Vestfold Fylkeskommune. I Vestfold bevilges det for tiden økte ressurser til å utvikle tilbudet elevene får i videregående skole og det er allerede satt i gang prosjekter. I den sammenheng håper jeg min masteroppgave vil være et nyttig bidrag i dette arbeidet. Økte ressurser og flere obligatoriske tilbud er noe av det som kan styrkes ytterligere. I tillegg bør det tilrettelegges for flere differensierte tilbud, slik at alle blir ivaretatt med sine behov. Emosjonell og kognitiv utvikling via mangfoldige aktiviteter fremmer læring og utvikler autonome individer som kan løse frivillige og ufrivillige problemer, som en overgangsfase er.

Forskningsprosessen har vært krevende, spennende og lærerik. Jeg har lært mye om videregående skole, om meg selv og om studenters hverdag og utfordringer. Arbeidet med oppgaven har gitt meg nye perspektiver og ny innsikt. Fagfelt har høy aktualitet i dagens samfunn med frafall og omvalg i høyere utdanning. Det er derfor viktig med økt kompetanse på feltet som kan bidra til å forberede elevene best mulig til å løse utfordringene knyttet til overgangen til høyere utdanning kognitivt og emosjonelt.

Abstract

In this task and through my research, I want to portray a holistic view of student challenges in the transition from Upper Secondary school to higher education. I was curious about which emotions they experienced in their process and which Upper Secondary school activities and learning methods they have viewed as beneficial for development of career skills and career competence.

I have collected data from a structured focus group-interview with five students living in Oslo, after they attended Upper Secondary schools in Vestfold County in various High school preparational programs. The students had all left home, had begun their studies, were economically independent and had established new networks and roles. In addition to interviewing the students, they were required to project their individual learning for the period 1st January to 19th November 2018, their final phase in Upper Secondary school and through to completion of the focus group-interview. I chose this task so the students could visualize their emotional pattern in this period. I used their interview answers and data from their development graph for my analysis.

My research questions:

- What experiences with career coaching and career guidance do students in higher education have from their years in Upper Secondary school?
- Which career development themes, activities and methods do students highlight as important for the development of good career skills and career competence?
- How do students in higher education experience the transition from pupil to student, and what factors are important in this phase?

I registered data from the focus group-interview. I wanted to divulge the students' quotes concerning their experiences and views in a contracted version, to voice their subject matter so they could be heard.

I researched the Vestfold County educational sector status prior to my focus group-interview, in order to gain more understanding, both regarding current practice in career guidance and career competence in schools, and to understand what is

happening at a systemic level in Vestfold County. In Vestfold County, there is currently a positive development, with increased resources to further develop pupil services in Upper Secondary schools. Projects have already begun. In this context, I hope my thesis will be a beneficial contribution. Increased resources and more compulsory pupil services are areas that can be strengthened further. In addition, more diverse services should be supplied, to cater for pupils' different needs. Emotional and cognitive development through various activities enhances learning and develops autonomous individuals, enabling pupils to solve self-imposed and unexpected problems, elements that are part of the transition to a new school level.

My research process has been demanding, exciting and educative. I have learnt much about Upper Secondary school, about myself, and about students' daily life and its challenges. The project work has given me new perspectives and new insight. Education is highly relevant in today's society regarding student drop-outs and course-change in higher education. It is therefore important to increase competence in the educational sector, which can help prepare students for transitional challenges towards Higher education in the best possible way, both cognitively and emotionally.

Innholdsfortegnelse

Forord

Sammendrag	3
Abstract	5
Innholdsfortegnelse.....	7
Forord.....	10
1 Innledning.....	11
1.1 Bakgrunn for valg av tema.....	11
1.2 Mål med forskningen.....	12
1.3 Problemstilling og forskningsspørsmål	12
1.4 Sentrale begreper.....	13
1.4.1 Karriere.....	13
1.4.2 Grunnleggende ferdigheter.....	13
1.4.3 Kompetanse.....	13
1.4.4 CMS, karriereferdigheter og karrierekompetanse.....	14
1.4.5 Karrierveiledning og karrierelæring.....	15
1.4.6 Kognisjon og persepsjon.....	15
1.4.7 Emosjoner.....	15
1.4.8 Endringsprosesser og overganger	16
1.5 Oppgavens oppbygning	16
2 Historisk-, politisk- og vitenskapelig plassering.....	17
2.1 Fagfeltet i historisk og vitenskapelig perspektiv.....	17
2.2 Føringer internasjonalt, nasjonalt og lokalt.....	18
2.2.1 Internasjonale føringer	18
2.2.2 Nasjonale føringer	19
2.2.3 Lokale føringer Vestfold.....	20
2.2.4 Rådgivningspraksis på videregående skole i Vestfold.....	20
2.3 Temaets aktualitet og forskning på feltet.....	20
2.3.1 Forskerrollen.....	22
3 Utvalgte teorier.....	23
3.1 Teorier om læring.....	23
3.1.1 Enaktivismen.....	23

3.1.2	Pedagogisk nevrovitenskap og hjernens utvikling	23
3.1.3	Utvikling av ferdigheter	24
3.1.4	Emosjoners betydning for utvikling og mestring av overganger	25
3.1.5	Jean Piagets erkjennelsesteori.....	26
3.1.6	Lev Vygotskijs læringsteori	27
3.1.7	Erik Homburger Eriksons utviklingsteori.....	27
3.1.8	Kolbs teori om erfaringslæring	28
3.1.9	Uri Bronfenbrenners utviklingsøkologiske modell.....	28
3.2	Karriereveildeningsteorier	29
3.2.1	Donald E. Super utviklingsteori.....	29
3.2.2	John D. Krumboltzs sosiale læringsteori og The Happenstance Learning Theory.....	30
3.2.3	Kognitivt og informasjonsteoretisk perspektiv (CIP).....	31
4	Forskningsdesign og metode	33
4.1	Forskningsdesign	33
4.2	Valg av metode	33
4.3	Valg av respondenter	35
4.4	Analyse, induksjon, reliabilitet og validitet.....	36
4.5	Etiske betraktninger.....	38
5	Deltakerne, gjennomføring og valg av kategorier	40
5.1	Presentasjon av fokusgruppens deltakere.....	40
5.2	Praktisk gjennomføring av fokusgruppeintervjuet	41
5.3	Valg av kategorier til meningsanalysen	42
6	Empiri, meningsanalyse og drøfting.....	43
6.1	Kategori1: Studentenes erfaringer med karriereveilednings- og karrierlæringsaktiviteter i videregående skole.	43
6.1.1	Tabell med meningsfortetning av empirisk materiale og stikkord	43
6.1.2	Analytisk drøfting.....	51
6.2	Kategori 2: Sammenhengen mellom aktiviteter og utvikling av identitet og karrierekompetanse.	55
6.2.1	Tabell med meningsfortetning av empirisk materiale og stikkord	55
6.2.2	Analytisk drøfting.....	58

6.3	Kategori 3: Overgangsfasens emosjonelle svingninger og andre påvirkningsfaktorer.....	61
6.3.1	Tabell med meningsfortetning av empirisk materiale og stikkord	61
6.3.2	Skisse som bilde på overgangsfasen fra elev til student og tabell med meningsfortenig og stikkord.....	69
6.3.3	Tabell med meningsfortetning av empirisk materiale og stikkord	75
6.3.4	Analytisk drøfting.....	76
6.4	Overgangsfasemodell	80
7	Konklusjon og perspektiver	82
	Vedlegg.....	89

Forord

Jobben med å skrive masteroppgave har vært en spennende prosess med både krevende og givende dager. Den beste og viktigste dagen var dagen da jeg gjennomførte fokusgruppeintervjuet med studentene, det var en lærerik og hyggelig dag. Jeg vil derfor takke de fem studentene som stilte opp for meg denne dagen. Tusen takk for at dere tok dere tid i den travle studiehverdag deres.

Fra Vestfold fylkeskommunes utdanningsavdeling vil jeg takke Erla Johnsdottir, Else Beate Huseby og Webjørn Lie. Dere har bidratt med å gi meg økt kunnskap om hva som skjer på systemnivå og på det politiske planet i Vestfold innen karriereveiledning i videregående skole. Jeg ønsker også å takke Cecilie Bjørnøy, rektor på Greveskogen videregående skole, for hennes deling av kompetanse på feltet. Ekstra takk til Jan Morten Hildrum på Sande Videregående skole, Anne Mari Istre og Bente Storm Larsen på Thor Heyerdahl videregående skole, som jeg fikk besøke for å lære om aktiviteter elevene tilbys på de lokale skolene. Takk også til rådgiverne på Greveskogen videregående skole for deling av årsplaner og annet undervisningsmateriell. Kunnskapen jeg tilegnet meg gjennom dette forarbeidet hjalp meg til å danne et helhetlig bilde av dagens situasjon på de videregående skolene og på systemnivå i Vestfold. Mange studenter i høyere utdanning sliter med å fullføre sine studier, noen slutter og andre gjør omvalg. Prioritering av karriereveiledning og karrierelæring i den videregående skolen gir en kompetansen man vil ha nytte av gjennom hele livet, når man står ovenfor endringer og overganger i forhold til arbeid og utdanning. Det å ha god endringskompetanse og evnen til å lære vil være noen av de viktigste kompetansene man trenger i framtiden.

Via studiet Master i Karriereveiledning har jeg fått et bredere perspektiv på karriereveiledning som fagfelt. Derfor vil jeg takke mine medstudenter og forelesere for nyttige og lærerike studiesamlinger og sosialt samvær. En spesiell takk til min veileder Peter Plant, som alltid svarte raskt, klokt og konkret på mine spørsmål. Det har jeg satt stor pris på og følt som en god støtte i prosessen.

Sandefjord 28.05.2019

Sonja Susnic

1 Innledning

1.1 Bakgrunn for valg av tema

Samfunnet er i konstant endring og utvikling. Det stiller krav til individet om å tilpasse seg og takle overgangene mellom fasene i livet. Det har vært en negativ utvikling i høyere utdanning i forhold til økningen av studenter som bryter av sine studier eller gjør omvalg. Det er også en økende tendens til at flere studenter ikke mestrer sin studiehverdag og å flytte for seg selv. I følge kunnskapsdepartementet ser majoriteten av de unge på valg av programfag og studievalg som svært viktig for å få den jobben de ønsker i framtiden (NOU 2019:2, 2019, s. 71)

Overgangen fra videregående skole til høyere utdanning er en prosess mange unge synes er krevende, og regnes som en av de store overgangene i livet. Privat og i jobbsammenheng har jeg møtt mange fortvilte og usikre ungdommer, som synes nettopp denne overgangen er utfordrende. Hva dette bunner i var jeg nysgjerrig på å finne ut mer om. Fra naturens side er vi alle både tenkende og følende mennesker, som må tilpasse oss den situasjonen vi til enhver tid befinner oss i. Dette setter tanker og følelser på prøve. Jeg undret meg særlig over at ungdommer med gode karakterer og som fungerer godt sosialt, som synes denne overgangen er utfordrende. Spesielt følelsene knyttet seg til overgangen la jeg merke til at de slet med, ikke bare den kognitive delen av å gjøre et godt studievalg.

Det var mange spørsmål rundt dette temaet jeg ønsket å finne ut mer om. Kan man forberede seg bedre på denne overgangen via å lære mer om seg selv, muligheter, endringsprosesser og overgangsfaser? Vil økt kompetanse kunne bidra til økt mestringsfølelse, slik at den enkelte kan stå stødig i egne valg? Hvordan kan karriereveiledning og karrierelæring i videregående skole bidra til økt identitetsutvikling, både kognitivt og emosjonelt? Hvilke læringsaktiviteter fremmer utvikling av karriereferdigheter og karrierekompetanse best? Hvilke faktorer i overgangsfasen kan man ikke lære, men takle underveis? Hva med timingen og progresjon av aktivitetene i skolen? Skal alle aktiviteter være obligatorisk og kan man tilrettelegge for differensierte aktiviteter? Alle disse spørsmålene ønsket jeg å finne ut mer om og var avgjørende for mitt valg av tema.

1.2 Mål med forskningen

Via min forskning ønsker jeg å få et helhetlig bilde og en større innsikt i hva som betyr noe for elevene når de går fra å være elev til å bli student, og hvordan skolen kan tilrettelegge for at elevene utvikler sin identitet og opparbeider seg gode karriereferdigheter og karrierekompetanse. Jeg ønsker å kunne bidra med innspill til hva som kan forbedres av aktiviteter, læring, progresjon, rammer og systemer for at elevene i videregående skole skal bli autonome individer og mestre en av de mest krevende overgangene i livet. Kompetansen de får i videregående skole vil hjelpe dem å mestre overganger de møter gjennom hele livet, særlig knyttet til overganger og endringer i arbeid og utdanning. Karriereveiledning og karrierelæring kan bidra til å minske frafallet fra høyere utdanning, ved å styrke de unges karrierekompetanse. (NOU 2016:7, 2016).

I min oppgave avgrenser jeg meg til å se på hva som virker forbyggende på frafall i høyere utdanning og ikke hva høyere utdanning tilbyr sine studenter i forbindelse med karrierelæring og karriereveiledning. Målet mitt er at de som deltar i forskningen skal oppleve en verdi av deltakelsen og at det kan gi dem økt refleksjon rundt sin egen overgangsfase. Jeg håper også at de kan lære av hverandres erfaringer, og utvikle egen karrierekompetanse.

1.3 Problemstilling og forskningsspørsmål

På bakgrunn av valg av tema og mine mål med forskningen har jeg kommet fram til denne problemstillingen:

Hva er karriereutvikling og hvordan kan videregående skole bidra til elevers karriereutvikling på studieforberedende programmer, slik at de kan mestre overgangen til høyere utdanning?

Forskningsspørsmål:

- Hvilke erfaringer har studenter i høyere utdanning med karriereveiledning og karrierelæringsaktiviteter i videregående skole?
- Hvilke karriereutviklingstemaer, aktiviteter og metoder fremhever studenter i høyere utdanning som viktige for utviklingen av gode karriereferdigheter og karrierekompetanse?
- Hvordan opplevde studentene overgangsfasen fra elev til student og hvilke faktorer var viktige?

1.4 Sentrale begreper

1.4.1 Karriere

Ordet karriere brukes i dag om individets arbeids- og livsroller. Alle lønnede og ulønnede aktiviteter knyttet til utdanning, arbeidstrening og arbeid er en del av et menneskes karriere (NOU 2016:7, 2016).

1.4.2 Grunnleggende ferdigheter

Det er fem ferdigheter som regnes som grunnleggende ferdigheter: muntlige ferdigheter, å kunne lese, å kunne regne, å kunne skrive og å ha digitale ferdigheter. (Kunnskapsdepartementet, 2016, s. 27).

1.4.3 Kompetanse

Hvordan vi lærer og utvikler ferdigheter og kompetanse er førende for utarbeidelse av metodiske- og innholdsmessige planer og dokumenter for opplæring.

Kunnskapsdepartementet har i Fagfornyelsen denne definisjonen av kompetanse:

Kompetanse betyr å kunne mestre utfordringer og løse oppgaver i ulike sammenhenger og omfatter både kognitiv, praktisk, sosial og emosjonell læring og utvikling, inkludert holdninger, verdier og etiske vurderinger. Kompetanse kan utvikles og læres og kommer til uttrykk gjennom hva personer gjør i ulike aktiviteter og situasjoner.

(Kunnskapsdepartementet, 2016, s. 28)

1.4.4 CMS, karriereferdigheter og karrierekompetanse

CMS – Career Management Skills som begrep drøftes for tiden internasjonalt.

Definisjonen som opprinnelig ble brukt i Europa er utarbeidet av ELGPN (European Lifelong Guiding Policy Network) og er slik:

Career management skills refer to a whole range of competences which provide structured ways for individuals and groups to gather, analyse, synthesise and organise self, educational and occupational information, as well as the skills to make and implement decisions and transitions.

(ELGPN, 2009-2010, s. 23)

Det nordiske perspektivet skiller mellom CMS og karrierelæring. I dette perspektivet handler CMS kun om karriereferdigheter og karrierekompetanser. Karrierelæring handler om hvordan man tilegner seg disse (Thomsen, 2014).

Flere land har utviklet nasjonale rammeverk for hvordan man skal jobbe med å utvikle disse ferdighetene og kompetansene. I Norge utarbeides det for tiden også et slikt rammeverk «Det Norske Kvalitetsrammeverket», arbeidet er ikke avsluttet.

Karriereferdigheter utvikles kontinuerlig gjennom hele livet via aktiviteter individet deltar i på skolen, i fritiden eller på andre arenaer. Karrierekompetanse som begrep har ulike definisjoner og i rapporten «Nasjonalt kvalitetsrammeverk for karriereveiledning» har man utarbeidet denne definisjonen:

Karrierekompetanse er kompetanse som setter mennesker i stand til å håndtere sin karriere i forandring og overganger. Det er kompetanse til å kjenne og forstå seg selv og sin kontekst, til å handle og ta valg og til å håndtere dilemmaer og spenninger knyttet til liv, læring og arbeid. Det inkluderer innsikt i at den enkelte formes av sine livsvilkår og handlinger, men også kan påvirke og forme egen og fellesskapets framtid.

(Kompetanse Norge, 2019, s. 44-45)

Utvalget sorterer kompetanse i fem områder:

- 1) Meg i kontekst 2) Mulighetshorisont og begrensninger 3) Valg og tilfeldigheter 4) Endring og stabilitet 5) Tilpasning og motstand
- (Kompetanse Norge, 2019, s. 62)

1.4.5 Karrierveiledning og karrierelæring

Utvalget har denne definisjonen av karrierveiledning:

Målet med karrierveiledning er at mennesker blir bedre i stand til å håndtere overganger, og til å ta meningsfulle valg knyttet til utdanning, læring og arbeid. Karrierveiledning gir mulighet til for utforsking av den enkeltes situasjon, ønsker og muligheter og støtte til handling og valg. Karrierveiledning kan foregå individuelt og i grupper, både fysisk og digitalt, og finner sted innen rammen av ulike organisasjoner og sektorer. Karrierveiledning skal tilbys av kompetanse aktører, ha relevant faglig basis og utføres med høy grad av etisk bevissthet. (Kompetanse Norge, 2019, s. 11)

Karrierveiledning går ut på å hjelpe veisøkere med de utfordringene de står ovenfor her og nå. Det kan skje i en til en samtaler eller i grupper. I karrierelæring jobber man med læring av ferdigheter og kompetanse som trengs for å mestre utfordringer gjennom hele livet. Læringen skjer som regel i grupper eller i klasser, men kan også forgå individuelt. Karrierelæring har et langsiktig og varig formål (Svendsrud, 2015). Karrierelæring skjer via ulike trinn, fra å sanse til å forstå (Thomsen, 2014).

1.4.6 Kognisjon og persepsjon

Kognisjon er individets mentale prosesser og handler om evnen til å forstå og erkjenne. Hjernens oppgave er å bearbeide og lagre kunnskap (Fredens, 2019).

Persepsjon er hvordan vi oppfatter det vi sanser. Hva og hvordan vi oppfatter ting avhenger også av situasjonen vi er i, miljøet og følelsene i situasjonen (Fredens, 2019).

1.4.7 Emosjoner

Ordet emosjoner stammer fra det latinske ordet «emovere» som betyr å bli beveget (Vikan, 2014). Emosjoner som begrep er sammensatt av følelser, sinnsstemninger og

affeksjoner. De syv viktigste emosjonene vi har er frykt, glede, interesse, avsky, overraskelse, sinne og tristhet.

Emosjoner defineres slik:

...emosjoner er samordninger av opplevelsesmessige, uttryksmessige og fysiologiske/nevrologiske komponenter med ulik varighet...

(Vikan, 2014, s. 17)

Charles Darwin (1872) mente at emosjoner har utviklet seg gjennom millioner av år for å sikre at arter kan overleve (Vikan, 2014).

1.4.8 Endringsprosesser og overganger

I løpet av livet skal man gjennom mange overganger (transitions). Overgang fra barn til voksen er en stor og krevende overgang, både mentalt og emosjonelt. I vårt moderne samfunn har denne overgangen blitt mer glidende. Barn, unge og voksne deltar på flere av de samme arenaene og aktivitetene nå enn før. I en overgang må man tilpasse seg biologisk, psykologisk og sosialt (Kloep & Hendry, 2003, s. 20).

For å få til endring må man være klar for endring, ha lyst på endring og være i stand til å gjennomføre endring (Lock, u. å.).

1.5 Oppgavens oppbygning

Oppgaven min består av sju hovedkapitler. I innledningen presenterer jeg min problemstilling, mine forskningsspørsmål og de mest sentrale begrepene. I kapittel to plasserer jeg valget av tema inn i et vitenskapelig, historisk og politisk perspektiv, både internasjonalt, nasjonalt og lokalt. Så presenterer jeg viktige teorier i kapittel tre. I metodekapittelet begrunner jeg valg av metode og plasserer dette inn i en forskningstradisjonen. Deretter beskriver jeg prosessen rundt datainnsamling. I siste del av oppgaven analyserer og drøfter jeg det empiriske datamaterialet i tre kategorier. Til slutt i kapittel sju konkluderer jeg med hva jeg har funnet ut via forskingen og hvilke perspektiver dette gir i arbeidet framover.

2 Historisk-, politisk- og vitenskapelig plassering

2.1 Fagfeltet i historisk og vitenskapelig perspektiv

Karriereveiledning, rådgivning og karrierelæring har utspring fra naturvitenskapen og samfunnsvitenskapen. Mennesker er både tenkende og følende individer som lever i store og små samfunn, lokalt, nasjonalt og globalt.

Karriereveiledning er et ungt fagfelt sammenlignet med psykologien, pedagogikken og sosiologien. Psykologien utviklet seg som egen vitenskap på slutten av 1800-tallet.

Sigmund Freud utviklet psykoanalysen som var forgjengeren til utvikling av flere psykologiske tester. En av de mest kjente som brukes i dagens samfunn innen personlighetstesting, rekruttering og karriereveiledning er Carl Gustav Jungs teori. To av Jungs preferanser for hva man foretrekker når man tar beslutninger er følelser og tanker. De fleste individer kombinerer disse to preferansestilene, noen er mer tydelige på hva de foretrekker når de tar beslutninger (Karlsen, Persson & Gudfinnsson, 2018, s. 50-51). På 1960-tallet fikk den humanistiske psykologien stor betydning for emner som selvrealisering, frie valg og helhetstenkning (Ilstad, 2004). Nevrovitenskapen og kognitiv psykologi har i stor grad har utspring i naturvitenskapen. I USA ble 1990-tallet kalt for *Hjernes tiår* og i det 21 århundret ble fagfeltet omtalt som *ny vitenskap*. Denne tenkingen har i senere tid vært førende for vektlegging av evidensbasert undervisning (Flobakk-Sitter, 2018).

I 1844 jobbet YMCA med å bekjempe fattigdom og arbeidsledighet. De drev opplæring av immigranter og andre arbeidsløse, basert på frivillig arbeid uten hjelp av eksperter. Etterhvert ble det behov for utdannede veiledere og Frank Parson (1854-1908) med sin karriereveiledningsteori (1909) ble sentral (Kjærgård, 2012). Han hadde ideen om at mennesker må kjenne seg selv og sine muligheter og ta gode valg på bakgrunn av disse to faktorene. Teorien hans har vært viktig for utviklingen av kartleggingsverktøy vi bruker i dag og utviklingen av karriereveiledningsteorier (Højdal & Poulsen, 2012). Karriereveiledning som fagfeltet er ungt, det skyldes at det i tidligere tider ikke fantes muligheter for å velge utdanning eller yrker. Man fulgte tradisjonen til familien man vokste opp i. Hvilken rang man hadde avgjorde hvilke muligheter den enkelte fikk. I Danmark - Norge på 1500-tallet kunne kun utvalgte gutter gå på Latinerskolen, for å bli prest eller embetsmann. På 1600-tallet gikk latinerskolens oppgave over til dannelsen av

studentene (Kjærgård, 2012). Konfirmasjonsforordningen fra 1736 og skoleforordningen av 1739 dannet grunnlaget for allmueskolene, som hadde som mål å opplyse befolkningen om kristendommen og gi dem opplæring i lesing, skriving og regning. Utdanningstilbudene på universitetene utviklet seg gradvis fra få studier fram til det mangfoldet vi har i dag og som dagens elever skal velge mellom (Kjærgård, 2012). Etter oppløsningen av Danmark - Norge i 1814 skjedde det endringer i sysselsettingen og mange flytter inn til byene der industrien var og det vokste fram nye yrker (Kjærgård, 2012). Utviklingen av nye yrker skjer parallelt med utviklingen av utdanningssystemet og det blir behov for yrkes- og utdanningsveiledning. I Norge ble det opprettet arbeidskontor som hadde ansvaret for yrkesveiledningen før skolene overtok oppgaven. I 1957 fikk Norge sin første yrkesrådgiver i skolen (NOU 2016:7, 2016).

2.2 Føringer internasjonalt, nasjonalt og lokalt

2.2.1 Internasjonale føringer

Via Norges EØS-medlemskap forplikter vi oss til å følge EU, OECD og Lisaboerklæringen sine politiske føringer innen karriereveiledning (Kjærgård, 2012). ELGPN, European Lifelong Guidance Policy Network (2007 – 2015), jobbet med utvikling av karriereveiledning i Europa. I Norge var det Kompetanse Norge deltok i samarbeidet. OECD har denne definisjonen på karriereveiledning:

Career guidance refers to services and activities intended to assist individuals, of any age and at any point throughout their lives, to make educational, training and occupational choices and to manage their careers. Such services may be found in schools... The activities may take place on an individual or group basis, and may be face-to-face or at a distance (including help lines and web-based services). They include career information provision (in print, ICT-based and other forms), assessment and self-assessment tools, counseling interviews, career education programmes (to help individuals develop their self awareness, opportunity awareness, and career management skills), taster programmes (to sample options before choosing them), work search programmes, and transition services.

(OECD, 2004)

2.2.2 Nasjonale føringer

Med bakgrunn i føringer fra OECD oppnevnte regjeringen et utvalg i 2015. Roger Kjærgaard ledet arbeidet med NOU 2016:7 «Norge i omstilling- karriereveiledning for individ og samfunn». Utvalget mener det bør satses på karriereveiledning i et livslangt perspektiv med bakgrunn i at vårt samfunn er i rask utvikling og endring. Elever skal få hjelp med sine utfordringer her og nå, men også lære hvordan man kan takle overganger gjennom hele livet (NOU 2016:7, 2016).

I følge st.meld.nr.44 (2008-2009) «Utdanningslinja» har alle elever i Norge rett til nødvendig yrkes- og utdanningsrådgivning. På videregående skole skal faget «Prosjekt til fordypning» bidra til å styrke elevenes valgkompetanse (Kunnskapsdepartementet, 2009). I opplæringsloven §9.2 står det at «Elevane har rett til nødvendig rådgivning om utdanning, yrkestilbud og yrkesval» (Kjærgård, 2012).

Kvalitetsrammeverket som nå utarbeides skal være en del av et helhetlig system for livslang karriereveiledning og beregnes ferdig i løpet av 2019. Rammeverket omhandler etikk, karrierekompetanse og kompetansestandarder (Kompetanse Norge, 2019).

Valg av metoder og innholdet i undervisningen må bygge på planer og mål i Opplæringslova. Opplæringslova §1-1. sier dette:

Opplæringa i skole og lærebedrift skal, i samarbeid og forståing med heimen, opne dører mot verda og framtida og gi elevane og lærlingane historisk og kulturell innsikt og forankring...Elevane og lærlingene skal utvikle kunnskap, dugleik og holdningar for å kunne meistre liva sine og for å kunne delta i arbeid og felleskap i samfunnet. Dei skal få utfalde skaparglede, engasjement og utforskartrong...

(Opplæringslova, 2008)

Den gjeldene læreplanen, Kunnskapsløftet 2006-2020, vektlegger blant annet at skolen skal utvikle meningssøkende, arbeidende, samarbeidende og skapende mennesker. Fra 2020 trer de nye læreplanene i kraft. Der blir det føringer på tverrfaglige temaer, blant annet livsmestring. I de nye fagplanene skal elevene ha aktiviteter som stimulerer nysgjerrigheten via eksperimentering. Elever på videregående skole skal få erfaring med

akademisk skriving og elevene skal ha mer dybdelæring. Kunnskapen skal brukes til problemløsning i både kjente og ukjente situasjoner. Undervisningen skal gjennomføres med å variere metoder og aktiv læring (NOU 2015:8, 2015).

2.2.3 Lokale føringer Vestfold

Utdanningsavdelingen i Vestfold fylkeskommune jobber med utviklingen av tjenester innen karriereveiledning på de videregående skolene. Det forgår for tiden en stor utvikling på feltet med nye prosjekter og planer. Dette arbeidet styres etter Vestfold fylkeskommunes strategiplan for videregående opplæring i Vestfold 2017-2022. Et av de store områdene i planen er livsmestring. God livsmestring fører til mer læring og hengers ammen med utvikling av emosjonelle-, kognitive- og sosiale ferdigheter samt god helse (Vestfold Fylkeskommune, u.å.).

2.2.4 Rådgivningspraksis på videregående skole i Vestfold

For å ha kunnskap om hva som skjer på systemnivå i Vestfold Fylkeskommune og på praksisfeltet i videregående skoler i Vestfold gjennomførte jeg et lite forprosjekt. Jeg besøkte to videregående skoler for å få innblikk i tjenestetilbudet innen rådgivning, karriereveiledning og karrierelæring. Jeg besøkte Sande videregående skole, en liten skole i nordfylket og Thor Heyerdahl videregående skole, en stor skole i sørfylket. På skolene møte jeg rådgiverne som fortalte meg om aktivitetene de tilbyr elevene. På Sande videregående skole fikk jeg også være med i en undervisningstime.

På systemnivå fikk jeg innblikk i ressurser skolene får tildelt til å jobbe med fagfeltet. Jeg fikk også tilgang på informasjon om satsningsområder og prosjekter som var satt i gang. Denne kunnskapen var nyttig for meg i møte med studentene som skulle delta i forskningen.

2.3 Temaets aktualitet og forskning på feltet

Frafall fra høyere studier har økt de siste tiårene. Årsakene til omvalg og at studenter slutter er mange. I min oppgave ser jeg på forebyggende tiltak som kan forberede elevene på å bli studenter og ikke hvilke tiltak høyere utdanning tilbyr sine studenter i studietiden. Jeg har avgrenset meg til å se på selve overgangen til høyere utdanning og ikke på det å fullføre. I min forskning ønsker jeg å belyse hva elevene i videregående

skole bør lære, hva de selv må erfare underveis og hvordan de opplever sin nye situasjon den første tiden i høyere utdanning. I følge NIFU oppgir studentene at det i hovedsak er faktorer på individnivå som er avgjørende for om man slutter eller gjør omvalg i høyere utdanning (Hovdhaugen, 2019).

Danske Randi Boelskifte Skovhus sier i sin pH.D «Veiledning – valg og læring» at progresjon, variasjon og fleksibilitet er viktig for unges læring av karrierekompetanse (Skovhus, 2018). I tråd med Skovhus sin forskning ønsker jeg å finne ut mer om hvilke aktiviteter studentene opplevde som utviklende og hvilke aktiviteter de mener bør tilbys for at elevene skal mestre overgangen til studentlivet og være studieforbereidede.

Sandal er i sin pH.D opptatt av ungdommers utdanningsvalg. Hun drøfter utvikling av identitet, motivasjon, læring, aktiviteter, mestring og sosial tilknytning i forbindelse med overgangsprosesser og utdanningsvalg (Sandal, 2014) og oppsummerer begrunnelse for valg slik:

Elevane sine val av vidaregåande opplæring er hovudsakleg grunngjeve i sjølvbestemte fritidsaktivitetar, i erfaringar med praktiske arbeidsformer i skulen, og i hospiteringserfaringar i den vidaregåande skulen og på arbeidsplassar.

(Sandal, 2014, s. 85)

Hun viser også til funn av hva som påvirker læring og identitetsutvikling:

Avhandlinga viser òg at det er behov for å skape samanhengar mellom dei teoretiske og praktiske innhaldselementa i faga...Likeeins vil det vere viktig for elevane si læring og identitetsutvikling at det vert laga koplingar mellom dei ulike lærings- og kunnskapsdiskursane i skule og arbeidsliv...

(Sandal, 2014, s. 92)

2.3.1 Forskerrollen

Med min bakgrunn som lærer og karriereveileder har jeg stor interesse av temaet jeg har valgt. Jeg har ikke jobbet i videregående skole, men har hatt mye kontakt med ungdommer i denne alderen privat og som håndballtrener. I jobbsammenheng har jeg erfaring med ungdom fra jobben som lærer i ungdomskolen og karriereveileder for ungdom som er ferdig med videregående skole. Min kunnskap om høyere utdanning har jeg fått via faste rådgiverdager, som arrangeres hvert år på Campus Bakkenteigen. Der har jeg fått høre foredrag om studentenes hverdag og utfordringer fra studenter og ansatte i rådgivertjenesten. I tillegg har jeg hospitert på Campus Bakkenteigen for å se hvordan rådgivertjenesten arbeider. Disse erfaringene har gitt meg et annet perspektiv enn om jeg bare hadde jobbet i videregående skole. I min nåværende jobb på Karrieresenteret Vestfold, har jeg møtt mange ungdommer som er usikre på studievalg og som skal søke høyere utdanning for første gang etter friår. Så har jeg mye erfaring med veiledning av studenter som har valgt feil eller som ønsker å bytte studier av ulike grunner. Disse erfaringene har bidratt til at jeg har lyst til å bidra med å videreutvikle tilbudet som finnes i videregående skole, og belyse utfordringer elevene har i overgangen fra elev til student.

3 Utvalgte teorier

3.1 Teorier om læring

Pedagogikk og psykologi henger tett sammen. Læring kan forgå på mange måter. Mennesker er sosiale individer og læring skjer i sosialt samspill med andre fra man er liten baby. Vårt intramentale nettverk utvikles i hjernen og er et nevralt nettverk. Det intermentale nettverket utvikles i samspillet mellom individer. De to nettverkene er avgjørende for at et individ skal utvikle seg til en autonom person. Mentale prosesser og læring skjer kontinuerlig (Fredens, 2019).

Pedagogisk nevrovitenskap kobler den kognitive psykologien og pedagogikk sammen. Læring har derfor røtter både i naturvitenskapen og humaniora og er en sosial prosess men også en nevrologisk prosess (Flobakk-Sitter, 2018). Dybdelæring handler om å forstå og se sammenhenger, samt sette detaljer inn i et helhetlig system som gir mening. Overflatelæring har fokus på detaljer og fakta, man er ikke opptatt av å se sammenhenger eller forstå et problem i dybden. Man kommer ikke med nye tanker, men reproducerer det andre allerede har formulert (Pettersen, 2008).

Jeg har valgt ut teorier som er relevante for min problemstilling og mine forskningsspørsmål.

3.1.1 Enaktivismen

Enaktivismen vektlegger det emosjonelle og samspillet mellom hjerne, kropp og omgivelser. Hjernen tilpasser seg den kulturen individet lever i. Utvikling av strukturer og mentale prosesser påvirkes av miljøet. Prosessen fra opplevelse, handling, sansing, følelser og refleksjon og en kontinuerlig korrigering fører til kontinuerlig læring. Det er hele mennesket som tenker og ikke bare hjernen. Mental utvikling knyttes til relasjoner, miljøer, situasjoner og følelser (Fredens, 2019).

3.1.2 Pedagogisk nevrovitenskap og hjernens utvikling

Fagfeltet er over 200 år gammelt og knytter læren om kognitiv forskning, kognitiv psykologi og nevrovitenskapen sammen, med læring som felles hovedfokus. Nevrovitenskapen har fokus på mikrobiologiske prosesser og nevrologi i forbindelse med læring mens pedagogikken har fokus på makrososilogiske og kulturelle

perspektiver (Flobakk-Sitter, 2018). Hjerneforskningen har utspring fra 1850-tallet og behaviorismen. Flere av behaviorsietene mente at læring og endring av adferd skjer som følge av eksterne hendelser og ytre stimuli (Flobakk-Sitter, 2018). På slutten av 1800-tallet presenterte nevronatomisten Waldeyer begrepene nevron og synapse. Nevronenes koblinger kalles synapser. Koblingene gjør at signaler kan sendes fra hjernen og ut til nerveceller i hele kroppen. Den kognitive revolusjonen var i perioden 1900 – 1950. To av de store innen kognitiv læringspsykologi er Jean Piaget og Lev Vygotskij. Begge mente at læring er forandring av interne mentale strukturer og ikke bare forandring av adferd (Flobakk-Sitter, 2018).

I følge Woolfolk (2006) har hjernen til ungdommer ikke utviklet seg ferdig i forhold til å ta beslutninger og planlegge helt selvstendig. Forskerne på feltet mener det tar minst 20 år før disse ferdighetene er ferdig utviklet. Dette skyldes utviklingen av frontallappen i hjernen. Vi produserer nye hjerneceller hele tiden derfor har vi evnen til å lære noe nytt hele livet, dette kaller vi hjernes plastisitet. Hippocampus er den delen av hjernen som har størst betydning for å lære. Hjernen eldes på lik linje med resten av kroppen. (Flobakk-Sitter, 2018).

3.1.3 Utvikling av ferdigheter

Hjernes plastiske evne gjør at den kan utvikle seg via erfaringer og allsidig stimulering. Ulike deler av hjernen vil derfor kunne bli både større og mindre i perioder med økt stimuli eller bortfall av stimuli. Skal man opprettholde ferdigheter bør man derfor fortsette å trene på dem. Jo mer man øver, jo mer vil ferdigheter automatiseres og bruken av energi avta, for å gjennomføre en oppgave knyttet til ferdigheten. Man trenger ikke bruke like mye tankekraft på ferdigheter man har automatisert. Slutter man helt å bruke ferdighetene vil de bli svekket. De forsvinner ikke, men man sier at man er litt «rusten» (Flobakk-Sitter, 2018). For å utvikle et spekter av ferdigheter er det viktig å gjøre mange ulike aktiviteter. På den måten dannes det nye sterke nervebaner og strukturer i hjernen. I tenårene danner hjernen lett nye mønstre og baner. Læringsevnen er veldig god fram til man er 25 år. «Godfot-teorien» til fotballtrener Nils Arne Eggen handler om å øve på det man allerede er god til, fordi det gir mestringfølelse når vi gjær noe vi er gode til, og man gjør aktiviteten med glede og blir enda flinkere. Grunnleggende ferdigheter som å lese og skrive krever også mye trening

for å bli automatisert (Øiestad, 2011). For å mestre egen karriere er det flere ferdigheter man bør ha utvikle. Hjernens utvikles raskt hos unge og dette påvirker identitetsutviklingen, ungdom er derfor i rask endring og liker å utforske det ukjente. Mange prøve nye aktiviteter og hobbyer, samtidig som de slutter med aktiviteter de har holdt på med lenge. Noen har behov for å ta risiko og løsrive seg fra foreldrene. Evnen til å reflektere utvikles gradvis i ungdomsårene (Øiestad, 2011). Utvikling av kunnskap og ferdigheter bør skjer trinnvis, fra enkle og konkrete oppgaver til gradvis mer avanserte og sammensatte oppgaver (Fredens, 2019).

3.1.4 Emosjoners betydning for utvikling og mestring av overganger

Følelser er integrert i hele hjernen på lik linje med intelligens, med amygdala som sentral del (Fredens, 2019). Hjertet er et organ med 40000 nerveceller og samarbeider med hjernen og indre organer. Platon og Aristoteles hevdet at følelser kunne stå i veien for fornuften. Dette motbevises i dag og emosjoner ser ut til å styrke læringsevnen og motivasjonen for å lære. Vi deler emosjoner inn i biologiske og sosiale emosjoner. De sosiale emosjonene kommer til uttrykk i sosiale relasjoner og utvikles etter at man er født. De biologiske emosjonene er medfødte (Vikan, 2014). Man knytter ofte følelser til opplevelser eller personer. Kroppen husker følelsen fra sist man hadde den samme opplevelsen eller møtte personen, derfor gleder eller gruer man seg ofte til det man skal gjøre. Vår emosjonelle intelligens utvikles gradvis på lik linje med våre andre kognitive ferdigheter. Det vil si at vi utvikler evnen til å vurdere, uttrykke, forstå og regulere emosjoner. Den emosjonell utviklingen påvirker vår kognitive utvikling og måte å tenke på. Den kognitive utviklingen påvirker identiteten og er viktig for å reflektere rundt muligheter og valg (Evenshaug & Hallen, 2000).

Emosjoner kan virke både fremmende, hemmende, styrende og frustrerende på studentenes handlinger. Emosjonene kan skape energi, apati, motivasjon, depresjon og flere andre reaksjoner for elevene som er i en endrings- og overgangsfase. Emosjoner utløses av sansing og henger tett sammen med hjernens funksjon og for utvikling av ferdigheter og kompetanse. Emosjonene styrer handlinger slik at vi handler hensiktsmessig i de situasjonen vi er i. Undertrykker man emosjoner vil man ha vanskelig for å gjøre valg i livet (Vikan, 2014).

Endringer påvirker våre emosjoner. I følge psykiater Elisabeth Kübler-Ross (1926 – 2004) sin endringskurve varierer emosjonene i de ulike fasene man er i i løpet av en endringsprosess. Hun lanserte sin teori og modell i 1969 i forbindelse med hennes arbeid med sørgende etter dødsfall. Modellen var opprinnelig knyttet til sorgarbeid, men har senere blitt mye brukt i endringsarbeid for å forklare de ulike fasene individer går gjennom. I den opprinnelige modellen var de ulike emosjonelle stadiene: sjokk, fornektelse, sinne, depresjon, forhandling og akseptering (Kübler-Ross, 1995, s. 250). Endringen har tre faser: slutten på det gamle, selve overgangen og starten på det nye. Endringskurven til det enkelte individ påvirkes av både ytre og indre faktorer, slik at alle kan ha ulik kurve og ulik lengde på hvor lenge man er i de ulike stadiene (Kübler-Ross, 1995). Opplevelsen av depresjon og sorg henger sammen med opplevelsen av tap eller uønskede endringer man selv ikke har kontroll over. Fasen *slutten på det gamle* preges av forvirring og sorg, selve *overgangen* kan i verste fall føre til depresjon som gradvis glir over i å akseptere det nye og senere føre til entusiasme for den nye situasjonen. Den opprinnelige modellen har med tiden blitt videreutviklet og blitt overført til flere bruksområder enn sorgarbeid (Lock, 2019). Kurven til det enkelte individ avhenger av om endringen er ønsket eller ikke. Den påvirkes også av om endringen er planlagt, positiv og ønsket og om individet selv har kontroll på den (Kubler-Ross sitert i Aspaas, 2018). Overganger kan være normative eller kvasinormative. En kvasinormativ overgang er en overgang som ikke er lovfestet, slik den normative er. Overgangene er som regel forbundet med alder. I utgangpunktet er kvasinormative overganger frivillige, men kan oppleves som normativ fordi man føler press fra andre til å gjennomføre overgangen. Det å flytte hjemmefra eller starte på høyere utdanning er en kvasinormativ overgang (Kloep & Hendry, 2003).

3.1.5 Jean Piagets erkjennelsesteori

Piaget (1896-1980) var opptatt av hvordan individer utvikler kunnskap. Han mente at individer jobber for å tilpasse seg miljøet og seg selv for å oppnå likevekt og balanse (Evenshaug & Hallen, 2000). Når det er noe man ikke forstår, får man motivasjon for å lære og danne ny kunnskap via erfaringer. Kunnskap er derfor ifølge Piaget ikke statisk, men en prosess. Intellektuell utviklingen skjer via to parallelle prosesser, assimilasjon og akkomodasjon. Assimilasjon er prosessen hvor individet forsøker å få miljøet til å

tilpasse omgivelsene til seg selv. I en akkomodasjonsprosess tilpasser individet seg til miljøet (Piaget, 2003, s. 23-25). Piaget mente at språkets utvikling henger sammen med kognitiv utvikling, først må strukturene i hjernen dannes så kommer språket. Ved å stimulere barn via mangfoldige aktiviteter fremmer man språkutviklingen og den kognitive utviklingen (Piaget & Inhelder, 1974) (Evenshaug & Hallen, 2000).

3.1.6 Lev Vygotskijs læringsteori

Vygotskij (1896-1934) vektla betydningen av individets påvirkning fra ytre miljøfaktorer i læringsprosesser og står for den sosiokulturelle læringstradisjonen. Han var spesielt opptatt av psykologi og pedagogikk i utviklingen av sin teori (1978) (Evenshaug & Hallen, 2000). Vygotskij mente at individet lærer og utvikler seg via aktiviteter i samspill med andre, til å bli selvstendige autonome personer. Dette betegnes som høyere psykologiske prosesser. Prosessen forklarer han som å bevege seg fra et intrapsykologisk- til et interpsykologisknivå, fra å gjøre aktiviteter og lære sammen med andre, til å gjøre aktivitetene alene og selvstendig. Språket er en vesentlig faktor for sosialiseringen, man sosialiserer via språket og man lærer språk ved å være sosial (Vygotskij, 1978). Kulturen man tilhører og vokser opp i påvirker utviklingen og individets tankesett. For å oppnå optimal utvikling var han opptatt av å tilpasse undervisningen til den enkelte elev, bygge på elevenes interesser og bruke relevante metoder i undervisningen (Evenshaug & Hallen, 2000).

3.1.7 Erik Homburger Eriksons utviklingsteori

Erikson (1902-1994) koblet individets utviklingspsykologi til sosiologien. Teorien hans fra 1959 er viktig når vi snakker om danning av individers identitet. Teorien er en faseteori hvor hver alder har sine spesifikke utviklingsområder og problemer som skal løses (Aagre, 2014). Erikson deler utviklingen inn i åtte utviklingsstadier. Utvikling av identitet er den viktigste utviklingsoppgaven i ungdomsårene. Ungdomsårene preges av store endringer i identitet hos individet og av at det er mange valg som skal tas og prosesser som skal håndteres samtidig. Dette er krevende og kan føre til identitetskrise og rolleforvirring. Ungdommer kan oppleve en positiv utvikling eller til feilutvikling sier Erikson. I alderen 13-18 år står ungdommene i fasen hvor utfordringen er dannelse av identitet. I alderen 19-25 er utfordringen intimitet, om man ikke mestrer denne

utfordringen kan det føre til isolasjon. Ulike kulturer påvirker hvor lenge man er i de ulike stadiene. Følelser er viktig i denne fasen av livet. I tillegg til å finne en sammenheng mellom ferdigheter og roller de unge er i (Erikson, 1992). Erikson mener det å bestemme seg for ett yrke er ungdommens største bekymring og utfordring (Evenshaug & Hallen, 2000).

3.1.8 Kolbs teori om erfaringslæring

David Kolbs modell fra 1984 beskriver læring som en sirkulær erfaringsbasert prosess. Prosessen har fire stadier. Først må individet gjøre erfaringer, for så å reflektere over disse. På bakgrunn av de to foregående stadiene danner man begreper, strukturer og teorier som tilslutt resulterer i gjennomtenkte handlinger (Svendsrud, 2015, s. 29-30) (Kolb, 1984). Et sentralt element i Kolbs teori er utvikling av evnen til å omsette eller transformere erfaringer til kompetanse. Kolb bruker begrepene reflekterende observasjon og aktiv eksperimentering (Pettersen, 2008). Kolb mener at det er viktig at elever og studenter tilbys aktiviteter som stimulerer de fire ulike læringsstilene.

Divergerende læringsstil dreier som om å lære via handlinger og reflektere rundt disse. Dette er en læringsstil som krever kreativitet, åpenhet og emosjonelle ferdigheter. Den **assimilerende læringsstilen** bygger på det å lære abstrakt via informasjon og teoretisk kunnskap. Denne læringsstilen krever logiske egenskaper og er den mest typiske akademiske læringsstilen. Den **konvergerende læringsstilen** kobler teori og praksis tett sammen og man prøver ut teoretiske modeller og tanger via praktiske aktiviteter for så å lage nye teorier. Man er god på teknisk problemløsning om man foretrekker denne læringsstilen. **Akkomoderende læringsstil** kjennetegnes med utprøving av planer og læringsarbeid. Man liker å teste ut planer for å se om planene fungerer i praksis. Man liker å lære via erfaringer framfor å lese teori (Pettersen, 2008) (Kolb, 1984, s. 30).

3.1.9 Uri Bronfenbrenners utviklingsøkologiske modell

Bronfenbrenner (1917-2005) er i sin modell (1979) opptatt av å se individet i samspill med de ulike miljøene de er en del av (Aagre, 2014). Fra de minste og nære mikromiljøene, som familien, til de store nasjonale og internasjonale makronivåene. Han beskriver disse nivåene som mikro-, meso-, ekso- og makronivåer (Bronfenbrenner, 1979). Mesonivået er forholdet mellom de ulike mikronivåene man lever i og eksonivået

er systemer der individet selv ikke deltar men blir påvirket av, som f.eks. foreldrenes arbeidsplass. Alle nivåene påvirker oss mennesker mener han, fordi vi er en del av en helhet. Alle individer har ulike roller i de systemene de er en del av, man må derfor veksle mellom roller når man beveger seg mellom de ulike systemene innen et nivå eller når man beveger seg mellom de ulike nivåene. Han kaller dette økologiske overganger slik overganger fra videregående skole til høyere utdanning er (Aagre, 2014).

3.2 Karriereveildeningsteorier

3.2.1 Donald E. Super utviklingsteori

I 1953 kom Super (1910-1994) ut med sin første teori om karriereutvikling. Teorien er preget av en helhetstenking om at alt henger sammen, og han kobler utviklingspsykologi, sosiologi og sosial psykologien sammen (Højdal & Poulsen, 2012). Super er opptatt av at mennesker utvikler seg gjennom hele livet og at man i løpet av livet har ulike roller. Man kan ha flere roller samtidig. Jobb og utdanning er bare en del av livet og ikke selve livet mener han. Jobb skal passe inn i menneskers liv og ikke motsatt. Vi lever i ulike miljøer, som vi veksler på å være i. I de ulike miljøene har vi ulike roller. Vi utvikler oss i de ulike miljøene og gjennom våre roller. Vi får en identitet og identiteten vår styrer valgene våre. Dette er en kontinuerlig prosess, som Super kaller livsløpet. I 1990 presenterte han sin teori om karriereutvikling og -valg. I teorien ser han på sammenhengen mellom livsløpet (life-span), miljøene (life-space) vi lever i og selvoppfattelsen (self-concept) (Super, 1980). Super mener karriereutviklingen skjer i bestemte faser knyttet til biologisk alder og uforutsigbare livshendelser. Det er ikke en teori som bare kjennetegnes av aldersbestemte utviklingstrekk. Sentralt i Supers teori er begrepet livsbuen, rammen for livsforløpet. Noen roller man har i løpet av livet knyttes til ulike aldre, for eksempel det å være elev eller student. Parallelt med de rollene man har, skal man løse bestemte utviklingsoppgaver. Elever i videregående skole og studenter er tradisjonelt sett i fasen Super kaller for utforskningsfasen, som gjelder alderen 14-24 år. Studie- og yrkesvalg er i denne fasen en av de store oppgavene som skal løses (Super, 1980). Individet må gradvis utvikle kognitiv- og emosjonell modenhet for å mestre dette. Man skaper gradvis en egen yrkesidentitet, dette en lang prosess som pågår over tid. Super bruker også begrepet karrieretilpasning. Med det mener han

at vi tilpasser oss rutiner og krav som stilles til oss i ulike yrker, bransjer og studier. I utviklingsfasen skal ungdommene utvikle et realistisk selv bilde. Med bakgrunn i kunnskap om seg selv og innsikt i muligheter skal ungdommene kunne ta et godt yrkes- eller studievalg. Super sier det er viktig at individet har utviklet karriereferdigheter og valgkompetanse for å være klar for ta valg. Det er også forventet at man skal komme i gang med valget sitt i løpet av denne aldersfasen. I tillegg skal man slå seg til ro med dette valget, ifølge Super sin teori (Højdal & Poulsen, 2012).

3.2.2 John D. Krumboltzs sosiale læringsteori og The Happenstance Learning Theory.

Krumboltz utviklet sine læringsteorier på 1970-tallet og i 1999 kom han med The Happenstance Learning Theory, HLT. Han sier at alle aktiviteter man prøver ut og deltar på fra man blir født fører til læring. Dette gjelder både planlagte og ikke planlagte aktiviteter. Det betyr at det vi feiler med også fører til læring, og er like viktig som det vi lykkes med. Krumboltz mener at karriereveiledere og rådgivere må oppfordre til aktiv læring og at man ikke må være redd for å gjøre feil. Vi kan ikke planlegge alt, man bør ta de sjansene og uforutsette mulighetene som dukker opp, og ikke bare gå for det trygge og planlagte. Krumboltz mener det er individuelle faktorer, miljømessige faktorer, tidligere erfaringer og problemløsningsferdigheter som ligger til grunn for karrierevalg. Det vil si at arv, miljø, kulturelle, politiske, sosiale og økonomiske faktorer som er avgjørende i valgprosessen. Krumboltz oppfordrer til økt stimuli og mangfold av opplevelser, dette gir best læring. Slik finner man også ut hva man liker, ikke liker og hva man mester og kognitive, emosjonelle og psykiske ferdigheter utvikles. Krumboltz skiller mellom instrumentelle og assosiative læringserfaringer. Den instrumentelle læringen bygger på de erfaringer man har gjort. På bakgrunn av mestring og respons fra andre, viderefører man ofte det man lykkes med. Læringsprosessen har tre trinn: Input, handling og resultat. Den assosiative læringen skjer når man assosiere eller sanser noe fra opplevelser man har hatt. Man tenker rundt det man har opplevd og vurderer disse inntrykkene opp mot muligheter man ser på som aktuelle. Spesielle hendelser man har observert eller situasjoner man har vært i kan på den måten påvirke valg, uten at man har en direkte erfaring med aktiviteten selv.

Problemløsningsferdigheter mener Krumboltz kan utvikles via erfaringer og instrumentell og assosiativ læring. Det kreves gode analytiske evner for å løse komplekse problemer som det å ta et karrierevalg. Aktivitetene bør skje via ulike læringsformer det kan være via modellering, eksperimentering, kartleggingsverktøy og andre læringsformer (Krumboltz, 2009).

Troen på at man kan mestre en aktivitet er viktig for om man vil klare aktiviteten eller ikke, ikke nødvendigvis hvor gode ferdigheter man har. Krumboltz er kritisk til å jobbe mot et langsiktig mål, han mener det er bedre å ta små skritt og gjøre nødvendige justeringer underveis. Det skjer ofte uforutsette hendelser i livet som påvirker veien videre. Dette er faktorer man selv ikke har kontroll på. Man må derfor ta sjanser og gjøre justeringer når uforutsette hendelser inntreffer (Krumboltz, 2009).

3.2.3 Kognitivt og informasjonsteoretisk perspektiv (CIP)

I 1991 presenterte Peterson, Sampson og Reardon CIP – modellen (Cognitive information processing model). Teorien bygger på kognitiv psykologi. I kognitiv teori mener man at individets beslutninger i stor grad baseres på innhentet informasjon. Det er fokus på læringsprosesser og på problemløsning. Et viktig prinsipp er at via læring skal individet hjelpe seg selv via problemløsning (Højdal & Poulsen, 2012). Kognitiv psykologi handler om hvordan mennesker oppfatter, lærer, husker og bruker informasjonen de har innhentet og satt sammen (Sternberg, Sternberg & Mio, 2012). Law og Watts lagde det første rammeverket, DOTS (Decision learning, Opportunity awareness, Transition learning og Self awareness) i 1977, for å bidra til å systematisere jobbingen med studenters ferdigheter for å mestre overgangen mellom studier og jobb. De viktigste elementene i teorien er kunnskap om seg selv, kunnskap om muligheter, valgstrategier og mestring av overgangsfaser (Law & Watts, 2003). I følge CIP-teorien tenker man at man kan løse det å ta et karrierevalg som et problem. Man kan løse problemet gjennom en prosess fra å være i en nåsituasjon til å komme over til en ønsket situasjon. Dette er et gap man må jobbe seg gjennom. Modenhet for å ta valg er avgjørende for hva slags hjelp og støtte individet trenger i prosessen ifølge CIP- teorien (Højdal & Poulsen, 2012). Sternberg sier i teorien «*The Triartic Theory of intelligence*» at intelligens er summen av analytiske, kreative og praktiske ferdigheter. Han sier det er tre nivåer av kognisjon. Det første nivået er metakognisjon som handler om

overordnede prosesser, som å planlegge og evaluere. Nivå to er prosesser som handler om å gjennomføre, som det å ta et valg. Det tredje nivået er læringsprosesser for å løse problemer, det kan være å lære om seg selv og muligheter. De tre nivåene henger tett sammen (Sternberg et al., 2012, s. 20-22) Sternbergs pyramide blir ofte brukt som et bilde på denne teorien og består av disse elementene: kunnskap om seg selv, kunnskap om muligheter, beslutningskompetanse og metakognisjon (Højdal & Poulsen, 2012, s. 169). Det å ta valg og løse problemer gjøres via ulike metoder. Noen har en klar overbevisning på hva som er det riktige valget. Andre tar avgjørelser ved å eliminere bort alternativer. Noen tar avgjørelser ved å veie opp fordeler og ulemper ved de alternativene som gjelder. Så er det noen som velger det alternativet med minst motstand. Det er også vanlig å ta valg ut i fra gruppepress eller normer. Noen velger å søke råd hos andre før man tar viktige valg (Sternberg et al., 2012). De som er gode på å planlegge kan løse problemer ved å gå trinnvis fram fra å identifisere og definere hva problemet er, så lage en strategi, deretter finne informasjon som man bearbeider, for så å løse problemet. Modellen kan brukes i forbindelse med å løse problemer knyttet til overgangen fra elev til student (Sternberg et al., 2012, s. 444-446).

4 Forskningsdesign og metode

4.1 Forskningsdesign

Proessen med å skrive en masteroppgave veksler mellom ulike faser. Jeg ønsket å få til en god struktur med arbeidet mitt og ha en rød tråd gjennom prosessen. Skissen og tidsplanen jeg lagde tidlig i prosessen har vært en støtte for å jobbe strukturert med oppgaven, og få den nødvendige framdriften. For meg som forsker opplevde jeg en kontinuerlig bevisst og ubevisst refleksjon, og utvikling av nye ideer. I kvalitativ forskningsarbeid jobber man seg gradvis framover for å finne fenomener, som kan danne ny teori via datainnsamling, kategorisering, meningsfortetning, analyse og drøfting (Kvale, Brinkmann, Anderssen & Rygge, 2015). Grounded Theory er en slik måte å tenke på, teorien underbygger fenomenene og ble introdusert av Barney Glaser og Anselm Strauss i 1967. Intervju som metode egner seg godt i denne formen for forskning der prosessen er viktig (Krumsvik, 2013). Denne fenomenologisk tilnærmingen tilhører den hermeneutiske tradisjon innen sosialkonstruktivismen. Sentralt i tradisjonen er å jobbe målrettet, og knytte data til teori (Kvale et al., 2015). Giddens understreker at «det å vite» ikke er det samme som å være sikker. Dette gjelder for naturvitenskapen, men særlig for sosiologien. I det postmoderne samfunnet, hvor det skjer raske endringer, har samfunnsvitenskapen utfordringer med å skape ny viten i raskt nok tempo (Giddens, 1997).

I arbeidet med masteroppgaven har jeg fulgt den fenomenologiske tradisjonen med sine prinsippene og jobbet systematisk, samtidig som jeg har gjort justeringer underveis. Jeg har forsøkt å se både helheten og deler av det store bildet.

Prosessteoretisk perspektiv som design passet godt for meg som person og for mitt prosjekt.

4.2 Valg av metode

I startfasen av prosessen med denne oppgaven var jeg usikker på valg av metode. Først tenke jeg å gjennomføre en kvantitativ spørreundersøkelse med mange respondenter, men endret dette og valgte en kvalitativ metode med få respondenter. Valget tok jeg etter å satt meg grundigere inn i kvantitativ metode og hvilke problemstillinger som

passet til denne metoden. Jeg forsto at kvalitativ metode passet bedre til mitt tema og problemstilling. Jeg ønsket å få tak i mine respondenters meninger og erfaringer om temaet skulle forske på. Intervjuer i seg selv hvor man kan stille åpne spørsmål og spørre respondentene hvorfor de tenker og mener det de gjør, passer godt til mitt tema (Kvale et al., 2015). Intervju som forskningsmetode er vanlig innen pedagogikken og sosiologiske fag. Grounded Theory har intervju som en sine viktigste metoder (Krumsvik, 2013).

Begrunnelsen for å velge fokusgruppeintervju som metode var at jeg ønsket å oppnå synergieffekter i gruppa. Jeg har selv gode erfaringer fra kollegaveiledning i gruppe. I et gruppeintervju kan man få nye ideer og tanker via å lytte til andres erfaringer. Det er ikke alltid man kommer på elementer man selv har opplevd når man skal bidra inn i en gruppe, men ved å lytte til andres erfaringer kan man komme på ny elementer og få nye refleksjoner, som kan føre til nye tanker og flere innspill. Ved å delta i et fokusgruppeintervju kan deltakerne oppleve et felleskap og samhørighet med de andre gruppedeltakerne. Opplevelsen av å bli lyttet til og at det man sier kan ha betydning for andre i samme situasjon er også en positiv effekt. Dette gjelder både erfaringer man har felles, men ikke minst de ulike erfaringene man har. Fokusgrupper egner seg godt når man vil belyse et tema og se det fra flere vinkler. Som metode har den sitt utspring fra 1940-årene og ble benyttet mye i forskning på markedsføring. Først i 1980 årene ble den sett på som velegnet innen sosiologien via sosiologen David Morgan. I et fokusgruppeintervju er det mindre rom for utspørring av den enkelte deltaker, enn om det intervjues individuelt. Man får derfor ikke tak i like mange detaljer fra hver enkelt deltaker (Halkier & Gjerpe, 2010).

Jeg ønsket et strukturert fokusgruppeintervju, fordi det var fem respondenter i gruppa. Ved å ha ordet fritt kunne det føre til ulik taletid og kaos, noe jeg ikke ønsket. Jeg ønsket at alle skulle svare på det samme spørsmålet i tur og orden. De kunne få snakke så lenge de ønsket uten avbrytelse. Samtidig ønsket jeg at de skulle dra veksler på hverandres utsagn og la opp til flere runder på hvert spørsmål. Det var også lov å si «PASS» om man ikke hadde mer å si om temaet. Det er fokuset på ett tema og samhandlingen i gruppen som er spesielt for fokusgrupper i motsetning til andre gruppeintervjuer (Halkier & Gjerpe, 2010).

Utvelgelsen av respondenter er viktig i et fokusgruppeintervju. De skal representere gruppen de uttaler seg på vegne av. Fokusgrupper er godt egnet å bruke når man ønsker å få til forbedringer på et felt og på hva man kan gjøre annerledes (Krumsvik, 2013). Det krever mye forarbeid for at et fokusgruppeintervju skal bli vellykket. Det er en del praktiske rammer som må være på plass, og logistikken rundt tid, sted osv. må klaffe.

Spørsmålene i intervjuguiden studentene skulle svare på var i tråd med mitt mål for oppgaven og mine forskningsspørsmål. I tillegg til å svare på spørsmålene i intervjuguiden skulle studentene lage sin egen endringskurve for perioden siste halvår på videregående skole og fram til 19.november som var datoen for fokusgruppeintervjuet. Inspirasjonen til utarbeidelse av modellen for endringskurven fikk jeg fra psykiater Elisabeth Kübler-Ross sin endringskurve (Lock, 2019). Den ene aksen beveger seg mellom negative til positive emosjoner og den andre er en tidsakse knyttet til viktige datoer i overgangsperioden, fra den gamle situasjonen til den nye. Jeg valgte denne oppgaven, som er visuell, fordi det er lettere å oppfatte former og symboler når man snakker om endring av emosjoner enn å bare gjøre det med å forklare det med tekst (Sternberg et al., 2012, s. 273-275).

Atmosfæren i et gruppeintervju har mye å si for resultatet og hvor åpne respondentene er. Jeg ønsket å skape en trygg og avslappet atmosfære for alle i gruppa. Jeg har lang erfaring med veiledning individuelt og i gruppe, slik at det var en rolle jeg var trygg i og trives godt med.

4.3 Valg av respondenter

De fem respondentene i fokusgruppen bor og studerer i Oslo, og har gått på videregående skole i Vestfold. Dette var to sentrale kriterier for mitt utvalg, fordi jeg ser på overgangsfaser og har en lokal tilknytning til Vestfold i oppgaven min. Alle de fem studentene var alle nylig ferdig med videregående skole og født i 1997, 1998 eller 1999. Jeg ønsket en kjønnsblandet gruppe, gruppen besto av tre gutter og to jenter. Guttene var fra hvert av de tre årskullene og jentene fra to av årskullene. Målet mitt var å rekruttere respondenter fra studieforberedende programmer fra så mange ulike videregående skoler som mulig. Mine respondenter kommer fra både private og offentlige skoler. De representerer ulike retninger innen studieforberedende

programmer. Noen hadde gått på IB, andre på påbygg og noen på toppidrettslinjer. Sammensetningen av gruppen ble derfor både homogen og heterogen, slik at den representerer en viss bredde av studenter i denne aldersgruppen.

For å få tak i respondenter bruke jeg mitt sosiale nettverk og mine jobbkontakter. For det meste brukte jeg messenger som kommunikasjonskanal til personer i mine nettverk, for å få tak i navn på studenter jeg kunne kontakte. Jeg rekrutterte også ved å spørre folk jeg møtte, som jeg viste kjente ungdommer i rett alder. Det var praktisk å gjøre det slik og jeg fikk tak i mange navn fra ulike miljøer. Jeg tok kontakt med studentene jeg ble tipset om via messenger, deretter ringte jeg dem som hadde lyst å bli med. På telefon fikk vi avklart flere detaljer og de fikk informasjon om prosjektet og hva deltakelsen ville innebære, og at de kunne spørre om det de lurte på. I tillegg sendt jeg alle sammen en epost ca. en uke før intervjuet med mer praktisk informasjon om gjennomføring av fokusgruppeintervjuet og intervjuguiden. Det var noe de ønsket å få tilsendt i forkant, slik at de kunne forberede seg. På bakgrunn av denne framgangsmåten fikk jeg rekruttert fem engasjerte studenter, som hadde meninger de hadde lyst å dele om det aktuelle temaet.

Valget av gruppes størrelse ble styrt av mengden spørsmål jeg ønsket å få svar på og tiden vi hadde til rådighet. Jeg ønsket at gruppen ikke skulle være for stor, fordi de skulle svare på åpne spørsmål og det var rom for å komme med lange svar. Da ville det bli kjedelig å sitte lenge og vente på tur til å prate. Ved å ha fem deltakere i gruppe ble ventetiden ikke så lang og man fikk tid til å tenke og få nye ideer mellom hver gang man skulle ha ordet. For liten gruppe hadde gitt dårligere utdypelse av temaene som skulle belyses. For at oppgaven min skulle vært enda bedre belyst kunne jeg arrangert flere fokusgrupper, noe jeg dessverre ikke hadde anledning til med mine rammer.

Av mine fem respondenter kjente noen hverandre fra før og viste hvem noen andre var. Jeg viste også hvem noen av dem var, mens andre var ukjente for meg. Det er ikke lett å unngå at ingen kjenner hverandre fra før det i et lite fylke.

4.4 Analyse, induksjon, reliabilitet og validitet

Jeg har valgt å gjennomføre en meningsanalyse av mitt datamateriale fra fokusgruppeintervjuet. Lydopptaket jeg tok har jeg transkribert og i ettertid kategorisert. De tre kategoriene baseres på mine forskningsspørsmål. Studentenes

meninger har jeg systematisert i tabeller med kolonner med studentnummer, relevante utsagn og stikkord, slik metoden for meningsfortetning beskrives. Tabellene som inneholder datamaterialet fra intervjuet er hoveddelen av empirien i oppgaven og danner grunnlag for min drøfting. Mine funn baseres på empirien som jeg drøfter opp mot relevante teorier. Jeg har fulgt kriteriene for å gjennomføre et fokusgruppeintervju som forskningsmetode slik at mine funn er pålitelige. Den er etterprøvbare og studentenes sitater fra mitt transkriberer datamaterialet er tilgjengelig (Krumsvik, 2013).

Funnene er gyldige for andre studenter i samme situasjon, som står ovenfor de samme utfordringene. Mine respondenter representere en gruppe studenter med felles variabler og funnene er derfor overførbare. De er nødvendigvis ikke gyldige for alle studenter med andre variabler enn de jeg valgte. Studenter som er hjemmeboende og studerer på hjemstedet har ikke alle de samme utfordringene i overgangsfasen som mitt utvalg har. Forskningen er valid for jeg undersøker et praksisfelt i samfunnet som berører mange og har konsekvenser for mange. Teoriene jeg har valgt henger sammen med min problemstilling og mine forskningsspørsmål, slik at den er både ytre- og indrevalid (Kvale et al., 2015). Mitt utvalg av studenter har derfor vært viktig for å tilfredsstille kravene til validitet. Med et større utvalg ville man nok fått fram enda flere elementer enn det jeg har oppdaget. Studentene i min forskning har bidratt med ulike syn på de aktuelle temaene basert på egne erfaringer. Samlet har meningene og erfaringene de har delt, bidratt til et større bilde av temaene.

Underveis i prosessen har jeg gjort mange vurderinger og betraktninger etter de innspillene studentene kom med i fokusgruppeintervjuet, slik at prosessen har vært induktiv. Empirien har bidratt til nye tanker og en mer helhetlig forståelse av problematikken (Krumsvik, 2013).

Forskningen min er reliabel fordi mine respondenter deler sine meninger basert på egne erfaringer, som de nylig har opplevd. De beskriver temaene utfyllende og med direkte kjennskap til problematikken. Studentene ser tilbake på tiden de gikk i videregående skole og beskriver opplevelsene sine derfra, og de reflekterer rundt dette med innlevelse og dyp kunnskap. Det er studentene som eier denne kunnskapen, og det var avgjørende for meg å intervju en gruppe med denne kompetansen. Jeg får svar på det jeg spør om og empirien som springer ut av fokusgruppeintervjuet danner

grunnlaget for videre analyse og drøfting. Forskningen min er reliabel fordi den måler det den skal og gir et realistisk bilde av virkeligheten (Nyeng, 2012).

4.5 Ethiske betraktninger

Et humanistisk menneskesyn, med tro på det gode i mennesket, er grunnlaget innen pedagogikken. Oppgaven min følger dette menneskesynet og mine vurderinger er i tråd med denne tradisjonen. Fokusgruppeintervju som metode har noen etiske utfordringer. Jeg søkte NSD (vedlegg 4) om å oppbevare lydopptaket jeg innhentet, på PC, og innhente skriftlig samtykkeerklæring om taushetsplikt. Søknaden ble godkjent før gjennomføringen av fokusgruppeintervjuet. Alle dataene som ble innhentet i prosessen er anonymisert (Nyeng, 2012).

God informasjon er viktig når man skal gjennomføre et gruppeintervju. Man må sørge for at alle deltakerne har fått tilstrekkelig og lik informasjon i forkant. På bakgrunn av denne informasjonen kan de bestemme seg om de vil delta i forskningen eller ikke. Jeg hadde dialog med studentene på telefon før intervjuet (Nyeng, 2012).

Lokalene intervjuet foregikk i var godt egnet til formålet, både i forhold til sentral beliggenhet, størrelse på rommet, tekniske hjelpemidler og avskjerming.

Som leder av intervjuet sørget jeg for at alle ble møtt på en hyggelig måte og at de fant seg godt til rette i rommet (Nyeng, 2012).

Vi gikk gjennom planen for gjennomføring av intervjuet og jeg sørget for at alle fikk svar på det de lurte på før vi startet. Jeg trygget dem med at det var lov å spørre underveis om noe var uklart. Intervjuet var strukturert med en fast rekkefølge for når den enkelte hadde ordet. Strukturen sørget for at alle fikk si sine meninger og bruke så lang tid de ønsket. Vi var enig om å vise hverandre respekt, ved å følge disse reglene og lytte til hverandre. Målet med fokusgruppeintervjuet hadde ikke hensikt om at deltakerne skulle bli enig, men at de skulle dele erfaringene sine med hverandre. Studentene ble oppfordret til åpenhet om både positive og negative erfaringer og utfordringer.

Jeg har god erfaring med å lede grupper gjennom prosesser, slik at jeg var trygg i min rolle. Maktbalansen mellom gruppen og meg som fagperson var asymmetrisk. Skal man få til en åpen dialog og trygg atmosfære for deltakerne må man være bevisst sin rolle og at asymmetrien er der. Det er viktig å la deltakerne i gruppa blir litt kjent med hverandre og med deg som gruppeleder før man starter selve intervjuet.

Som forsker må man vær bevisst makten og ansvaret man har i ekspertrollen. Studentenes meninger skal komme fram og ikke endres underveis, empirien skal være et blide på studentenes uttalelser (Kvale et al., 2015). Temaet det fokuseres på skal være til nytte for samfunnet, da er det etisk forsvarlig å forske på det (Nyeng, 2012). Gjennomføringen av fokusgruppeintervjuet gikk etter planen og studentene delte mange meninger og var åpne om sine erfaringer. Det var god stemning både før intervjuet, i pausen og etter intervjuet.

Deltaker nummer tre sa dette i evalueringsrunden vi hadde etter intervjuet:

Man lærer litt om seg selv. Det blir jo ikke rådgivning men man må jo tenke over ting da. Man har kanskje bare gjort ting uten å tenke over hvorfor man gjør det. Jeg syns det var gøy. Man får tenkt og man lærer litt om seg selv.

Denne positive uttalelsen om hvordan det var å delta i fokusgruppeintervjuet sier meg at hensikten med intervjuet ble oppnådd for deltakerne, slik jeg hadde håpet på.

5 Deltakerne, gjennomføring og valg av kategorier

5.1 Presentasjon av fokusgruppens deltakere

Deltaker 1 er en gutt, som er født i 1989. Han går andre året på sitt studie, som han startet på rett etter videregående skole. Han flyttet hjemmefra da han startet på videregående skole, fordi han ville starte på IB som de ikke hadde på hjemstedet. Han hadde derfor allerede erfaring med å flytte hjemmefra og bo alene. Han hadde brutt opp med venner og familie i ung alder og vært gjennom en stor overgang pga. sitt skolevalg.

Deltaker 2 er ei jente født i 1999, som startet rett på høyere utdanning etter videregående skole. Pga. satsing på idrett følte hun at hun måtte flytte hjemmefra, for å stase på idrett og samtidig ha muligheten til å studere. Hun hadde ingen erfaring med å bo alene eller bytte sosiale miljøer. Hun gikk på videregående skole med toppidrett og realfag. Hun hadde høy grad av stabilitet av sine roller fram til flytting til Oslo.

Deltaker 3 er en gutt ført i 1997 og den eldste i gruppa. Han gikk på videregående skole i sin hjemby og den eneste i gruppa som først gikk på yrkesfag og siden tok påbygg for å kunne studere. Etter videregående skole var han i førstegangstjeneste i forsvaret, noe han ønsket å gå videre med. Det gikk ikke etter planen derfor startet han på høyere utdanning, på en studieplass han fikk i siste liten. Dette studiet avbrøt han pga. feilvalg og han går nå første året på et annet studie på et annet studiested.

Deltaker 4 er ei jente født i 1998. Hun byttet til privatskole på ungdomskolen og fortsatt på den samme skolen da hun gikk på videregående skole. Hun hadde derfor ingen stor overgang fra grunnskolen til videregående skole. Året etter gikk hun på folkehøgskole, som hun likte svært godt. Nå går hun første året i høyere utdanning.

Deltaker 5 er en gutt født i 1999. Han flyttet hjemmefra da han startet på videregående skole, fordi han ville satse på idrett og realfag. Tilbudet fantes ikke i hans hjemby. Han flyttet fra venner og familie i ung alder og bodde på hybel. Etter videregående skole startet han rett på høyere utdanning. Han satser ikke lenger på idrett.

5.2 Praktisk gjennomføring av fokusgruppeintervjuet

Selve intervjuet forgikk på OsloMet, hvor jeg fikk tilgang på et stort grupperom.

Studentene bodde på ulike steder rundt om i Oslo, derfor var det praktisk å benytte et lokale som lå sentralt i Oslo sentrum.

Deltakere fikk tildelt en bestemt plass rundt bordet, med sitt deltakernummer og den drikken de hadde gitt meg beskjed om at de ønsket. Jeg var veldig bevisst å skape en god atmosfære, og hadde gjort klart bordet før studentene kom.

Vi startet samlingen med at jeg presenterte meg og programmet for dagen. Deretter presenterte alle i gruppen seg for hverandre. Så gikk vi gjennom taushetserklæringen og annen informasjon. Jeg avklarte også et par begreper for studentene, som de ikke hadde forutsetning for å kjenne til. Alle fikk spørre om det som var uklart, før vi startet med selve intervjuet. Jeg påpekte ekstra hensikten med taushetsplikten de hadde skrevet under på. Vi brukte også litt tid på å gå gjennom selve strukturen på intervjuet. Vi ble enig om noen regler, slik at intervjuet skulle bli effektivt. Studentene skulle svare på et og et spørsmål i tur og orden. Alle sammen svarte først på spørsmål en. Den som startet fikk snakke ferdig før neste man overtok ordet. De fant selv på at de avsluttet sitt innlegg med å si «ferdig». Da fulgte jeg som regel opp med en bekreftende og oppsummerende kommentar, for å være sikker på at jeg hadde forstått det som sagt riktig. Noen ganger hadde jeg korte oppfølgingsspørsmål om noe var uklart. Når alle hadde svart på det samme spørsmålet var det mulighet for å ta flere runder om noen hadde kommet på noe underveis, mens de lyttet til de andres meninger. Denne metoden fungerte svært godt og åpnet opp for refleksjon og flere innspill, slik jeg hadde håpet.

Jeg hadde med hensikt plassert studenten annen hver gutt og jente rundt bordet, slik at det skulle bli enklere å skille dem fra hverandre når jeg skulle høre på lydopptaket. Ved å bruke lydopptaker under intervjuet fikk jeg med meg alt studentene fortalte.

Lydopptaket ble transkribert ned til femti sider med tekst. En datamengde jeg synes var tilstrekkelig for å få svar på mine forskningsspørsmål. Intervjuet varte i ca. 2 timer og 40 minutter. Vi hadde en 20 minutters pause midt inni intervjuet, da fikk studentene servert lefser, noe som skapte en hyggelig atmosfære.

Intervjuet ble avsluttet med en praktisk oppgave hvor studentene skulle skissere sin endringskurve i en mal (vedlegg 2). Oppgaven skulle visualisere emosjoner studentene

hadde hatt i overgangsfasen. For noen kan det å visualisere det man tenker være enklere enn å sette ord på det (Sternberg & Sternberg, 2012). Studentene likte oppgaven godt og jobbet bra med en. Da alle var ferdig med å lage kurven fortalte de utfyllende om prosessen de hadde vært igjennom i den gitte perioden.

Vi avsluttet intervjuet med en åpen runde i tilfelle noen har mer de ville dele, som de hadde kommet på underveis.

Til slutt tok vi en runde rundt bordet hvor hver enkelt kunne fortelle om hvordan de hadde opplevd det å være med i fokusgruppeintervjuet.

Som takk for deltakelsen fikk studentene en liten gave, noe de satte stor pris på.

Metodisk sett gikk alt etter planen denne dagen, og hensikten med fokusgruppeintervju som metode ble oppfylt.

5.3 Valg av kategorier til meningsanalysen

På bakgrunn av målene for oppgaven og forskningsspørsmålene, samt svarene fra respondentene i fokusgruppeintervjuet, har jeg valgt å dele min analyse og drøfting inn i disse tre kategoriene:

Kategori 1:

Studentenes erfaringer med karriereveilednings- og karrierlæringsaktiviteter i videregående skole.

Kategori 2:

Sammenhengen mellom aktiviteter og utvikling av identitet og karrierekompetanse.

Kategori 3:

Overgangsfasens emosjonelle svingninger og andre utfordringer.

6 Empiri, meningsanalyse og drøfting

Min empiri er sortert i tre kategorier som jeg analyserer og drøfter i dette kapitlet.

Sitater fra det transkriberte materialet har jeg meningsfortettet og satt inn i tabeller.

Datamaterialet drøftes opp mot valgte teorier (Krumsvik, 2013). Via analysen med meningsfortening som metode belyses mitt tema i tråd med den fenomenologiske tradisjonen. Metoden er utviklet av Giorgi (1975) (Kvale et al., 2015). I tabellene kommer det frem hva de ulike studentene mener via bruk av kandidatnummer.

Studentenes meninger drøftes også opp mot forskningsspørsmålene. Hermeneutisk fortolkning av tekst gjøres ved å veksle mellom å se helheten og delene av helheten. På den måten får man gradvis økt forståelse av temaet, dette gir rom for utvikling av nye tanker og ny teori (Kvale et al., 2015).

6.1 Kategori1: Studentenes erfaringer med karriereveilednings- og karrierlæringsaktiviteter i videregående skole.

6.1.1 Tabell med meningsfortetning av empirisk materiale og stikkord

Intervjuspørsmål 3 a, b og c fra Intervjuguiden (vedlegg 1).

Nr.	Studentens mening	Hovedtrekk
1	a. Lære om forskjellige universiteter og andre muligheter. Konkrete studielinjene og hva som skiller dem. b. Jeg lærer godt ved å høre på de som forteller om jobben sin, om studiesteder og utdanningen sin. Foredrag fra studiestedene var interessant. Så kunne jeg tenkt meg å dra på besøk til relevante arbeidsplasser. Det går ikke overalt, da er det bedre med foredrag av fagpersoner. c. Skulle ønske vi fikk mer tilbud om flere skolebesøk slik vi fikk på ungdomskolen. Være med i timene på en helt vanlig dag, uten halleluja stemning. Høre på foreleserne og få en følelse hvordan det er å gå der. Jeg fikk mye god informasjon individuelt av rådgiver om utdanninger jeg hadde spørsmål om. Det likte jeg godt.	- Informasjon - Foredrag - Studieplaner - Være på besøk en vanlig dag - Individuell og relevant informasjon om studier og svar på spørsmål. - Finne aktuelle studier sammen med rådgiver.

	Rådgiver hjalp meg med å finne aktuelle skoler i Norge og utlandet, som jeg kunne komme inn på med mine karakterer. Jeg fikk også tips om ressurspersonen jeg kunne kontakte og om arrangementer jeg kunne dra på. d. Man bør starte allerede i 1. klasse med å finne ut hvilket fagfelt man kan passe til og interessere seg for. Det kan skape motivasjon til å jobbe for å få gode karakterer. I andre klasse kan man begynne å se litt på ulike jobber innen fagfeltet man tenker på. I tredje klasse bør man gå i dybden på ulike studier som kan føre til de ulike jobbene. Lese studieplaner. Lage en plan for de neste årene. Finne ut mye om muligheter på en systematisk måte med progresjon. For å lære mer om seg selv kunne kartlegging vært fint. Jeg hadde ikke kartlegging og har vært innom veldig mange ulike ideer. Vi burde hatt kartlegging i første klasse for å finne en retning. Du har mange ideer og dette kan spare deg for mye bruk av tid. Da får du mer selvinnsikt og vet mer hva du bør forske på videre.	- Informasjon om arrangementer - Jobbe med muligheter - Jobbe med selvinnsikt - Kartlegging i første klasse - Match interesser med muligheter - Lage en plan - Først være åpen og så spisse veien videre senere. - Sile ut muligheter å bakgrunn av kartlegging - Research.
2	a. Lære om jobbmuligheter og hva som kreves for å bli yrkene. Det er like viktig som hva du vil bli. Hvilke linjer du må gå osv. Lære om andre veier eller yrker, alternativer som er litt like. 2. Vi har hatt messer og sånn. Jeg kunne tenke meg presentasjoner i dybden om studier og ulike veier som fører fram til spesielle yrker. Hvordan man kan sette sammen studiet med valgfag, progresjon osv. Særlig for de som går i 3.klasse. Få informasjon om hvilke universiteter i Norge som har de samme studiene så man vet konkret hvor man kan gå for å få den spesielle fagkretsen. Hva som skiller studiestedene og hva som er lurt å velge i forhold til å få jobb. Foredrag om veien dit	- Åpen for muligheter - Fagkrav og innhold - Lese studieplaner - Likheter og ulikheter mellom studiesteder - Presentasjon - Åpen dag - Skolebesøk og være med i timene. - Oppleve selv

og ikke bare hvordan det er å gå der. Dra på besøk til de aktuelle universitetene, på åpne dager, det hadde vært spennende. Da kan man se på ulikheter ved studiestedene og finne ut hva man liker. Det er lettere når man får sett dette enn bare å lese om det. Man lærer bedre av egne erfaringer. c. Dra på skolebesøk å sitte i timene husker jeg var gøy da jeg gikk på ungdomskolen, fikk besøke en klasse på videregående. Fikk litt smak på de de gjorde og det var veldig fint. Så det hadde vært kult og fått prøvd f.eks. tre forskjellige studiesteder for å se hvordan man opplevde det. Det er ikke noe system for dette i videregående skole. Vi fikk tilbud om individuell veiledning men du må ta initiativ til det selv, det er nesten ingen som gjør det. d. Vi bør starte tidlig med kartlegging av oss selv og det bør være obligatorisk. I annen klasse så bør man jobbe mer med hvilke muligheter mine interesser passer til. Finne ut hva som tilbys innen fagfeltet du sikter mot. I tredje klasse kan man jobbe enda mer konkret mot spesifikke linjer og fagkombinasjoner som finner på de ulike studiestedene. Tenke mer på hvor du vil bo og hvordan de ulike miljøene er. På studiet jeg går på er det mange som ikke hadde realfag fra før, men det går greit fordi det er tre termin program. Så det er muligheter selv om man ikke velger det på videregående og vil bli ingeniør. Sånne ting er det greit vi får informasjon om. 6. Jeg trodde jeg tidlig jeg visste hva jeg ville bli så jeg var ikke åpen for noe annet. Jeg var derfor ikke så gira på å delta på aktiviteter for å høre om andre muligheter. Det førte til at jeg ikke lærte om andre muligheter, noe jeg hadde trengt da jeg ombestemte meg. Jeg tok heller fri	- Obligatoriske samtaler med rådgiver. - Flere styrte aktiviteter lagt til timene på skolen. - Obligatorisk karlegging i første klasse - Være åpen for flere retninger innen dine interesser i første klasse. - Finne alternative muligheter og yrker i annen klasse. - Finne relevante studier som matcher dine interesser i tredjeklasse. - Finne ut hvor man vil bo og hvilket miljø man trives i. - Forske på flere muligheter - Tenke at man kan skifte mening når man utvikler seg.
--	---

	enn å dra på arrangementene. På slutten av tredjeklasse begynte jeg å bli usikker på hva jeg ville bli, da var jeg dårlig informert.	
3	a. Man må prøve seg fram. Gå noen bomturer for det blir ikke alltid slik man hadde tenkt. Man får inntrykk av venner, bekjente og familie om hva du bør gjøre videre. b. Jeg fikk veldig mye ut av messene. Så fikk jeg dra på besøk til en skole i Danmark. Det gir en helt annen opplevelse å besøke studiesteder og bedrifter. Jeg fant ut at studiet ikke passet for meg da jeg besøkte studiestedet. Det kan man ikke lese seg til. c. Jeg kunne tenkt meg samtaler så man kunne lære mer om seg selv. Få spørsmål om hva man liker så man kan finne muligheter som passer til det. Finne ut hva slags type man er. Det er mye man ikke vet om seg selv. Ingen benytter seg av rådgiver når det ikke er obligatorisk, man tenker ikke på å ta kontakt for man vil jo helst prøve å klare seg selv. Jeg tror alle hadde hatt godt av samtaler og kartlegging med rådgiver. Det er mange som ikke vet hva de vil i den alderen så obligatorisk veiledning hadde hjulpet mange. d. Jeg gikk yrkesveien først og var mye ute i en bedrift. Det var veldig nyttig for å vite om det var noe for deg eller ikke. Hvis de på studieforbereidende skal være i bedrift må det være på en plass som er relevant. Det er lærerikt og gir innblikk i bransjen, og praktisk læring.	- Aktiv læring - Opplevelse - Skolebesøk - Foredrag - Messer - Individuelle obligatoriske samtaler med rådgiver. - Kartlegging - Gode spørsmål i samtale med rådgiver. - Bli kjent med seg selv og finne hvilken type man er. - Bedriftsbesøk og praksis
4	a. På messene og skolebesøk kom det folk som snakket mye om jobbene sine, de burde snakke mer om utdanningene. Mer informasjon om detaljerte forskjeller på de ulike studiene for å skille dem fra hverandre. b. Ha fokus på utdanningene ikke bare yrket det fører fram til, for man skal være student i 3-5 år, derfor er	- Messer - Skolebesøk - Sammenlikne studiesteder

studiet i seg selv viktig å få informasjon om. Få innblikk i innholdet og studieplanene. Vite om forskjeller fra studiested til studiested, hva er ulikt i innholdet i fagplanene, så man velger riktig studiested. Det er ikke så viktig med all reklamen om fasilitetene på studiestedet. Kanskje samme studie fra flere studiesteder kunne holdt foredrag sammen for å synliggjøre likheter og ulikheter. c. Karriereveiledning er veldig individuelt. Ofte har man fokus på andre ting som karakterer og å prestere på skolen. Da går man ikke å spør om man kan få en samtale med rådgiver. Så om man selv ikke prioriterer det høyt får man ikke den hjelpen man egentlig trenger. Derfor burde det vært inn i timene noen timer i uka eller måneden, hvor læreren har dette som tema. Istedenfor å bruke fritiden sin. Når jeg tilslutt gikk til veileder ble det litt raskt og lite i dybden. Veilederen spurte om endel ting jeg ikke hadde svar på. Man vet jo ikke så mye om seg selv og interesser når man er 15 år og velger fag. Det kan være fint med friår. Så må man få hjelp med studievalg i det året også. Jeg visste ikke hvem som kunne hjelpe meg når jeg hadde friår. Jeg hadde ikke hørt om Karrieresenteret og at det er gratis. Jeg tenker skolen kunne hatt ansvar i ett eller to år etter at jeg var ferdig for de kjenner meg best og jeg kjenner dem. d. I alle tre åra bør man lære mer om seg selv. Reflektere mer over hvem du er ved å ha ulike aktiviteter. Det er ikke så lett å svare på hvem du er når du ikke vet det. Det kan være vanskelig å få til praktisk læring i store klasser og på store skoler. Fint om læreren vet navnet ditt og kan følge deg opp tettere og spørre hvordan det går. Jeg syns man skal lære litt mer om ulike retninger og muligheter i førsteklasse. Så i andre klasse kan man lære	- Samarbeid mellom studiesteder - Informasjon om innhold og studieplaner - Friår etter videregående - Informasjon om karrieresenteret og at det er gratis - Obligatoriske timer i timeplanen med ulike temaer. - Lærerne kan bidra i timene. - Få tilbud om veiledning ved egen skole i 1-2 år etter man er ferdig - Individfokus - Kontinuerlig oppfølging - Være åpen for flere muligheter i første klasse og senere om man er usikker. - Repetere informasjon flere ganger. - Lære å reflektere
---	---

	mer om spesifikke fagfelt man peiler seg inn mot. I tredje klasse bør man orientere seg inn om konkrete skoler og linjer. En del informasjon bør gjennomgås flere ganger, for alle er ikke like fokusert til enhver tid. Jeg tror det er viktig med kontinuerlig oppfølging. Det bør komme inn i klassene obligatorisk, men det må ikke bare være fokus på klassene, det handler om individene. Man VET ikke hva man vil i videregående. Vi bytter mening mange ganger i løpet av de tre årene. Man bør ikke forvente at man vet hva man vil i første klasse. Du er mest opptatt av å gjøre det bra på skolen, hva vennene dine gjør og interessene dine. Man bør ta mer hensyn til de som ikke vet hva de vil i tredje klasse. Det må være lov å ikke vite hva man vil. Viktig å være mer åpen når man er usikker og sjekke flere muligheter, ikke låse seg for tidlig.	- Bli kjent med seg selv via ulike aktiviteter. - Spisse informasjon i andre og tredje klasse om aktuelle muligheter. - Ikke alle vet hva de vil i tredje klasse, det må være lov. - Ikke låse seg for tidlig selv om man tror man vet hva man vil bli.
5	a. Bedre informasjon om hvilke fag du måtte velge på videregående for å komme inn på ulike studier. Litt mer veiledning på hvilke programfag du burde velge. Jeg fikk aldri noen indikasjon på om de fagene jeg valgte var de fagene jeg hadde brukt for på studiet jeg skulle velge. Så jeg tok realfag som jeg ikke trengte. b. Det er viktig å besøke skoler man vil gå på og dra på åpne dager. På presentasjonene må de som snakker ikke bare fortelle om hva de gjør og hvor fint og flott alt er. De må snakke om fagene på de ulike linjene og forklare innholdet i de ulike retningene, slik at man melder seg på det riktige studiet med den sammensetningen av fag du ønsker. Alle burde hatt en individuell samtale med rådgiver for å snakke om innholdet på de ulike studiene før man søker, slik at man velger rett. Samtale en til en med en som kan noe om dette.	- Studieplaner - Besøke skoler - Åpne dager - Få informasjon om åpne dager - Foredrag - Individuelle obligatorisk samtaler med rådgiver- - Studieoppbygning - Likheter og ulikheter mellom studiestedene. - Følge opp elever som trenger hjelp

c. Rådgiver må være tilgjengelig. Jeg gikk på flere bomturer når jeg skulle bestille time. Rådgiver må også følge opp tettere det man lover. Vanskelig når man får mye informasjon i plenum rett oppi eksamensperioden. Så jeg kunne tenke meg obligatorisk veiledning som ble satt opp i timene. Og at rådgiver kunne være mere tilgjengelig når man har spørsmål. d. Viktig å få mer informasjon om programfagene som passer til ulike studier er viktig i første klasse. Ikke bare hva som er lurt for å få flest poeng, men hvilke fag som er relevante for videre studier. Så kan man begynne å tenke på hva slags type jobb som kan være aktuelt etter hvert. I andre klasse kan man gå mer spesifikt inn på skolevalg og i tredje klasse inn på studieretning og fagvalg. Slik at man er mer forberedt. Da blir det ikke så mange som bytter studier og linjer etter skolestart. Kartlegging kan være bra om testene er gode.	- Rådgiver må være mer tilgjengelig og følge opp det de lover. - Ikke for mye informasjon i eksamensperioden. - Reflektere rund valg av programfag - Få informasjon om programfag som passer ulike studier. - Detaljert informasjon om studier og linjer i tredje klasse.
---	---

Intervjuspørsmål 6 og 7 fra intervjuguiden (vedlegg1)

Nr.	Studentens mening	Hovedtrekk
1	6.Jeg synes karrieremesser og utdanningsmesser er veldig bra, da kan man lære mye om tilbud i Norge og utlandet. Jeg likte å snakke med de som sto på stand. Da fikk jeg utforsket mange muligheter. Det var der jeg fikk informasjon om det studiestedet jeg går på nå. Få hjelp av rådgiver når du selv ikke vet hva du vil og når du selv ikke har en plan. Veiledning både når man ikke vet hva man vil og informasjon når man har klare spørsmål om ting. 7.Vi dro på skolebesøk til skoler vi ønsket å starte på. Det hadde vært fint å kunne gjøre før man startet på	- Messer / stand - Foredrag - Utforske muligheter nasjonalt og internasjonalt. - Veiledning individuelt - Få informasjon og svar på spørsmål - Besøke relevante klasser og linjer

	studier, gjøre avtaler og bli med inn i klassene. Jeg har fått reise på studiebesøk som alt ble dekt. Praksis i relevant bedrift hadde vært fint. Da blir man litt kjent med arbeidslivet og ulike bransjer. Du får et annet inntrykk ved å oppleve miljøet selv, enn å bare lese om det. Vi hadde jobb uke på ungdomskolen. Det var veldig gøy. Vi kunne kanskje gjort litt av det på videregående.	- Relevante bedriftsbesøk - Delta på arrangementer i regi av studiestedene. - Hospitering i bedrift for å observere.
2	Messer er bra selv om man tror man vet hva man vil bli. Mange ombestemmer seg og da bør man ha fått informasjon om flere studier. Lese på egenhånd på nettportaler og finne informasjon er også greit. Fint om vi kan få besøk fra studiestedene og de kan fortelle mer detaljert om linjene ikke bare det vi selv kan lese på nettsiden. Mye mer informasjon om fagplaner og hvordan man kan sette sammen et studieløp. 7. Bedriftsbesøk er veldig bra, men de må være relevante mot studier du vil studere. Muligheten til å komme litt inn på den bransjen man vurderer så man kan få et inntrykk av om man liker oppgavene og bransjen.	- Messer - Foredrag som går i dybden - Oppfordring om å høre på flere foredrag selv om man tror man vet hva man vil bli. - Hospitere på arbeidsplasser som er relevante. - Få innblikk i bransjer og oppgaver som er knyttet til utdanninger.
3	Ta høyde for at mange endrer mening om hva de skal bli i løpet av videregående. Så oppfordre til å få informasjon om flere muligheter. Ikke utsette og prioritere bort å jobbe med karrierevalg. Messer er derfor viktig at man får deltatt på. 7. Det jeg synes var bra på ungdomskolen var at alle fikk obligatorisk time med rådgiveren før man skulle søke. Det hjalp meg veldig mye. Det hadde hjulpet mange med obligatorisk rådgivning på videregående.	- Messer - Fokus på flere muligheter. - Være bevisst på at man kan endre seg. - Foredrag som går i dybden. - Obligatorisk individuell rådgivning.
4	Messer er bra og interessant, hvis de ikke bare selger inn hvor fantastisk alt er, men har gode forelesere. De	- Messer

	bør gå i dybden på ulike linjer for de som går i tredjeklasse. For de som vet hva de vil. For de som er usikre bør det være litt bredere informasjon og motiverende foredrag. Finne informasjon selv via gode nettportaler. Flere studiesteder kan presentere samme studier samtidig slik at vi kan høre om likheter og ulikheter for å velge riktig studiested. Hjelpe elever til å prioritere å jobbe med muligheter og valg. Få tid til det i timene. Det bør være obligatorisk og i timeplanen.	- Spissede foredrag for de i 3.klasse. - Jobbe selvstendig med oppgaver knytte til gode portaler. - Høre om like studier fra ulike studiesteder. - Differensierte opplegg for de som vet hva de vil og de som ikke vet.
5	Vi trenger god veiledning på valg av programfag. Informasjon om at man kan ta fag senere om man trenger det om man ikke ønsker å ha faget på videregående. Høre på foredrag om studieretninger du vurderer å starte på. Snakke med folk som står på stand på messer som kan mye om linjene. Få nyansert informasjon om studier og studiesteder ikke bare glansbildet. Hva sier de som har droppet ut av studiene? Det hadde det vært spennende å høre om. Viktig at rådgiverne er tilstede og har tid. Så de må ha nok ressurser til å kunne snakke med elevene som trenger det, både informasjon og veiledning. 7.Det var hospitering flere steder. Vi besøkte de skolene vi tenkte vi ville gå på og de linjene vi tenkte å velge.	-Foredrag med spisset informasjon. - Gå på stand. - Få høre det de som dropper ut av studier mener. - Hjelp med å velge programfag. - Informasjon om muligheter for å ta nye fag etter videregående skole. - Hospitere i bedrifter. - Skolebesøk.

6.1.2 Analytisk drøfting

Studentene er opptatt av at man bør ha mange ulike aktiviteter i videregående skole for å utvikle gode ferdigheter og kompetanse for å mestre overgangen de står ovenfor. Tilbudet som tilbys bør bygge på hverandre i en fornuftig rekkefølge og med god progresjon. Aktivitetene i første, andre og tredje klasse må være relevante for

klassetrinnet. Studentene har erfaringer med mange ulike aktiviteter og meninger om hva de har lært av disse. Organiseringen av aktivitetene har betydning for om elevene benytter seg av dem eller ikke. Alle er enig om at man må ha tilgang til mye informasjon underveis for å vite nok om studie- og jobbmuligheter. Problemet er at mange har et annet fokus enn karrierevalg i skoletiden. Dette gjør at flere elever ikke benytter seg av tilbudene som finnes. Studentene mener dette skyldes at tilbudene ikke er obligatoriske og en del av undervisningen. Det er ikke selve tilbudene de mener er dårlige men måten det organiseres på. Dette gjelder særlig tilbudet om individuelle samtaler med rådgiver. Studentene sier at de ikke klarte å benytte seg av det frivillig tilbudet, selv om de hadde behov for det. Det hadde vært lettere om det var obligatorisk. I skoletiden hadde de mer fokus på å få gode karakterer. Usikre elever synes det er vanskelig å kontakte rådgiver når de ikke visste hva de ville studere, for da har man ikke noe å spørre om. Det er lettere når man vet hva man vil studere og har konkrete spørsmål. Da er det også lettere å dra på utdanningsmesser og spørre de som sto på stand om det man lurte på. Studentene var opptatt av å ikke låse seg for tidlig til bare et studievalg og ett yrke. Flere i gruppa hadde gjort denne feilen det noe som førte til at interessen for å utforske andre muligheter var lav eller helt fraværende. De benyttet seg derfor ikke av tilbudene som lå til rette for dem.

Alle studentene i fokusgruppen mente at man bør få tilbud om kartlegging av seg selv i førsteklasse på videregående skole, for å finne ut mer om seg selv og finne en retning eller bransje, ikke bare ett konkret yrke. Dette kan også være nyttig for valg av programfag og for å finne en kurs for videre studier. Å velge programfag man ikke trenger for videre studier fordi det gir ekstra poeng er det mange studenter som angrer på at de gjorde. Man behøver ikke velge de tunge realfagene om man er ikke sikker på at man trenger dem. Da bør man heller velge fag man liker. Realfag kan man ta etter videregående skole om man oppdager at man trenger det. De som tar realfag uten at det er et bevist valg kan i ettertid slite med et vitnemål med dårligere karakterer enn de kanskje ville fått ved å velge enklere fag.

Studentene mener kartlegging bør gjøres i kombinasjon med individuelle samtaler med rådgiver, slik at man lærer å reflektere over hvem man er. Dette er en prosess som krever veiledning og ikke noe man bare kan sitte med alene. Studentene mente at man bør ha minst to samtaler med rådgiver med oppgaver man skal gjøre eller tenke over til

samtale nummer to. Ungdom er ifølge Erikson i en fase i livet der man påvirkes og utvikles mye. Man endrer derfor naturlig interesser og ønsker å prøve nye aktiviteter. Ungdom skifter raskt og ofte mening og er derfor usikre på valg. Evnen til å planlegge langt fram eller ta selvstendige valg de kan stå for er ikke ferdig utviklet (Erikson, 1992). De er derfor avhengig av gode fagfolk rundt seg til å få hjelp til utforske og utvikle seg via differensierte og varierte aktiviteter. Identitet og selvbildet utvikles og de unge vet ikke helt hvem de er (Evenshaug & Hallen, 2000). Å bestemme seg for en yrkesidentitet er det de unge bekymrer seg aller mest for ifølge Erikson (Evenshaug & Hallen, 2000, s. 292).

Krumboltz mener at det å lykkes med en aktivitet ikke bare handler om å ha gode ferdigheter men at man har god tro på at man kan lykkes. Han sier også at ungdommer ikke klarer å planlegge langsiktig men treger å ha kortere intervaller på sine målsetninger, fordi ting vil endre seg undervis pga. uforutsette hendelser (Krumboltz, 2009). Elever i videregående skole bør derfor ikke føle et press på å velge ett konkret yrke for tidlig, men heller forske på flere yrker innen ett fagfelt. Studentene mente at man må være mer åpen for flere utdanninger og yrker det første året på videregående skole og ikke bare ett, fordi man endrer og utvikler seg mye og raskt. Elevene kan ikke selv se konsekvensene av å ikke utforske flere enn et yrke, de har ikke kunnskapen om at ungdom utvikler seg i faser. Skolen må ta ansvar for og legge til rette for elevenes utvikling av karrierekompetanse og at de selv har nok kunnskap om hvilke aktiviteter som gir hensiktsmessig utviklingen av denne kompetansen.

Super mener at via varierte aktiviteter i skolen blir elevene kjent med seg selv og sine muligheter og utvikler karrierekompetanse. Super er opptatt av individets identitetsutvikling og at dette skjer via de ulike rollene man har (Super, 1980). Elevene har ulike roller på skolen, i fritiden, via verv på skolen osv.

Opplevelser er viktig for utvikling, da lærer man på en aktiv måte. Aktivitetene bør være mer differensierte og tilpasset ulike elevers nivå, for at alle gradvis kan utvikle god valgkompetanse for å løse problemene de møter knyttet til overganger i livet.

Studentene trekker fram det å ta et friår etter videregående skole som noe positivt, om man er lei av skolen eller usikker på hva man skal studere. Et friår kan også gi økt motivasjon for oppstartet av studier året etter. Studentene sier det er vanskelig å tenke på studievalg når alt skjer samtidig. Karrierelæring bør i størst mulig grad skje før nyttår

i tredje klasse. Da er det mindre stress enn etter jul. I det siste halvåret kan man heller løse mer akutte problemer for den enkelte elev via individuell samtaler, bedriftsbesøk eller skolebesøk. Utdanningsmessene bør kanskje også legges til før nyttår slik at elevene i størst mulig grad kan fokusere på fagene og forberede seg til eksamen de siste månedene.

Vi vil stå ovenfor yrkesvalg og endringer gjennom hele livet. Karrierekompetansen elevene tilegner seg i skolen vil gi dem evnen til å ta gode valg senere i livet.

Utdanningsdirektoratet og kunnskapsdepartementet må ha klare føringer på hvordan tilbudet i videregående skole skal organiseres. Det finnes allerede mange gode planer og undervisningsopplegg i videregående skole i Vestfold. Mange av aktivitetene er frivillige. Dette fører til at elevene ikke benytter seg av disse i stor nok grad. Aktivitetene bør derfor være obligatoriske. Studentene jeg intervjuet innrømmer at de ikke hadde benyttet seg av de frivillige tilbudene, noe de angret på og var kritiske til seg selv for. Slik jeg ser det var de ikke modne nok til å forstå konsekvensene av bortvalg av viktige aktiviteter (Flobakk-Sitter, 2018). Elevene trenger mer styring for de ikke ser konsekvensen av å nedprioritere aktiviteter som gir utviklingen av egen karrierekompetanse.

Gjennom aktiviteter, stimuli og varierte undervisningsmetoder kan man påvirke læringsutbyttet til elevene sier Randi Boelskifte Skovhus i sin phd «Veiledning – valg og læring». Progresjon, variasjon og fleksibilitet er viktig for unges læring av karrierekompetanse. Hun har også funnet ut at læring via praktiske aktiviteter gir god læring og at aktiviteter elevene føler de har nytte av også påvirkningen utviklingen og modenhet for å ta gode karrierevalg (Skovhus, 2018).

Variert undervisning er viktig for at elever skal bli autonom og selvstendige. Skolen må fokusere på både sosial læring og individuell utvikling. Skolen skal utvikle hele mennesker i samspill med kulturen og miljøet de lever i (Vygotskij, 1978).

Flere aktiviteter bør bli obligatorisk og det bør settes av økte ressurser til kartlegging og individuell veiledning. Krumboltz, Erikson og Super er enig om at varierte aktiviteter er viktig for utvikling av identiteten og karrierekompetanse og for evnen til å løse aldersbestemte utfordringer som å flytte hjemmefra og bli student (Erikson, 1992; Krumboltz, 2009; Super, 1980).

6.2 Kategori 2: Sammenhengen mellom aktiviteter og utvikling av identitet og karrierekompetanse.

6.2.1 Tabell med meningsfortetning av empirisk materiale og stikkord

Intervjuspørsmål 5 a og b (vedlegg 1)

Nr.	Studentens mening	Hovedtrekk
1	a. Jeg skulle vært mer åpen for flere muligheter når jeg gikk på videregående. Ikke låse seg for tidlig siden man forandrer seg mye. Jeg skulle gjerne hatt et friår etter videregående skole. b. Være mer åpen om muligheter.	- Være åpen for flere muligheter. - Ikke låse seg for tidlig til ett valg.
2	a. Lære å reflektere og stille spørsmål til seg selv og være litt kritisk. Klare å ta egne valg selv om mange andre sier det de mener, som foreldre og venner. Jeg skulle ønske jeg hadde vært bedt på det tidligere. Klare å tenke på framtiden og ikke bare tenke på det som hadde vært kult nå. Jeg tenkte veldig på et yrke lenge fordi det virket gøy og kult, jeg tenkte ikke så langt framover. Klare å pushe seg litt til å ta egne valg. Prioritere å jobbe med dette og ikke utsette det. Jeg var veldig opptatt av å gå på den beste skolen hvor det var vanskelig å komme inn, men der kom jeg ikke inn. Jeg kunne kommet inn på akkurat det samme studiet et annet sted, men det søkte jeg ikke på for jeg ville gå der det var vanskeligst å komme inn. Jeg skulle vært mer kritisk til å tenke slikt, for det er sikkert like bra å studere det samme et annet sted. b. Det å pushe seg selv kan ikke læres på skolen. Hva som egentlig påvirker deg i valget er så mye som du kanskje ikke er klar over. Så er det egentlig ditt valg du tar? Det at man lærer å begrunne valget sitt for å vite at det er sitt	- Prioritere å jobbe med temaet. - Tenke framover på fremtiden. - Se seg selv om noen år. - Ikke være for opptatt av å komme inn der det er vanskelig å komme inn. - Vurdere egne valg og tanker. - Lære seg til å begrunne valg. - Sette ord på det man mener. - Bli bevisst på egne tanker. - Reflektere via spørsmål.

	eget valg. Få spørsmål om hvorfor du ønsker det, for å bli bevist egne tanker.	
3	a. Jeg synes vi lærer lite studieteknikk på hvordan vi kan lære best på skolen. Man får mest beskjed om hva man skal lese og hvilke oppgaver man skal gjøre. Jeg synes vi skulle fått mer opplæring i ulike måter å lære på, for å finne ut hva som passer best for seg selv. Mange ganger puffer vi uten å forstå det vi leser. Jeg synes jeg lærer best ved å skrive selv og gjøre aktiviteter. Jeg synes også det er stor forskjell å skrive for hånd og på PC, når jeg skal lære noe. Jeg husker det bedre når jeg har skrevet det for hånd. Det er noe med bevegelsen man gjør med hånda. Så jeg synes man bør skrive mer med hånd og ikke bare PC. Jeg tok et friår etter videregående og det var veldig bra. Da jobbet jeg. Man må gjøre noe det året og ikke bare sitte hjemme. Hjernene har godt av litt avslapning for det har vært mye og hard jobbing i 13 år. b. Jeg er ganske fan av praktisk læring. At man vet hva man skal bruke det man lærer om i teorien.	-Lære studieteknikk, ulike læringsformer. - Bruke håndskrift for da husker man bedre. - Gjøre aktiviteter - Lære praktisk via aktiviteter. -Forstå bruken av det man lærer teoretisk.
4	a. Jeg synes vi må lære mer å reflektere over det vi gjør. Lære å tenke og uttrykke meninger. Jeg er også enig med det å skrive for hånd. For på eksamen må vi skrive for hånd og det har vi lite trening i. Ha en rød tråd gjennom hele skolegangen for å lære å ta gode valg. Et slags mønster eller tankegang. Slik at du føler at valget er gjort etter egne tanker. Lære dypere refleksjon over det du gjør. Lære seg å stille spørsmål til seg selv som man kan reflektere over før man tar viktige valg. Du bør på en måte bli tvunget til å lære dette for hvis ikke så svarer du bare noe fordi du ikke orker å engasjere deg. At du kan snakke med noen som stiller deg flere spørsmål om hva du egentlig mener og tenker, sette ord på det. Få deg til å	- Lære å reflektere. - Sette ord på det du mener. - Få spørsmål som du må reflektere rundt. - Gå dypere inn i temaer om valg. - Skrive for hånd. - Bli bedre til å ta valg ved å lære å reflektere gjennom hele skoleløpet.

	tenke dypere og mer på detaljnivå. Stå opp med egne meninger selv om andre sier noe annet. Jeg er glad jeg hadde et år på folkehøgskole. b.Bli bevist på det man gjør og tenker, da kan man komme langt.	-Begrunne svar. - Stå for egne valg. - Gå på folkehøgskole. - Få motivasjon til studier via et friår.
5	a.Vi bør lære mye mer studieteknikk i norskfaget. Vi må lære at det er stor forskjell på videregående og universitet på hvordan an jobber med fagene. På videregående puffer man mer og har flere små prøver. På universitetet må man bli flinkere til å planlegge siden man skal ha mange eksamener samtidig og stort pensum. Da må man fordele lesinger utover semesteret. Vi må lære å planlegge og lage struktur og ikke vente til siste liten. Starte å lese i god tid før eksamensperioden er viktig. Man bør være god på data. Man bør lære om hvordan man kan finne relevant informasjon. Det er mye informasjon og man kan bruke mye tid på å lete om man ikke kjenner til de riktige portalene. Et eksempel er hvordan man kan bruke karakterkalkulatoren på utdanning.no. Lære om hvor studieplaner ligger på de ulike portalene. Er man god på dette kan man sammenlikne ulike studier man leser om og er interessert i. Det er viktig å kjenne innholdet i studiene du ønsker å gå på for å vite om det er egentlig det du ønsker å studere. Man kan hindre mye feilvalg ved å kunne finne slik informasjon før man velger. Man må lære å vurdere hva man passer til og liker for å velge rett. Noen trenger et friår for å finne ut av hva de vil. Ikke bare starte på noe når man er usikker. Det burde vært mye mer akseptabelt å ta et friår. Jeg syns det hadde vært smart, noen ser på det som latskap å ta et friår. Jeg	- Lære studieteknikk tilpasset utdanningsnivå. - Lære å planlegge et semester. - Være god på å bruke PC til å finne informasjon. - Kjenne til gode nettportaler og bruke dem rett. - Bruke informasjonen man finner til å ta gode valg. - Ta valg ut ifra interesser og verdier. - Ta et friår for å finne ut hva man vil studere eller få motivasjon. - Gå et år på folkehøgskole

skulle ønske jeg hadde tatt et friår selv om jeg trives og har det bra på studiet. Jeg tror jeg hadde vært enda mer motivert for studiene om jeg hadde hatt et år på folkehøgskole. b.Lære å bruke studieteknikk. Kanskje bruke tusjer og fargekoder er en måte når man leser.	- Ikke la deg styre av foreldrene til å starte rett på studier. -Bruke tusjer og fargekoder.
---	---

6.2.2 Analytisk drøfting

Kognitiv utvikling, utvikling av ferdigheter og kompetanse er avhengig av mangfoldig stimulering via ulike aktiviteter. Bakgrunnen for at elever velger forskjellige læringsstrategier og stiler for læring avhenger av personlige egenskaper og den enkelte elevs omgivelser og miljøer (Kolb, 1984). For at elever skal utvikle ferdigheter og kompetanse må karriereveilednings- og karrierelæringsaktiviteter tilpasses dem. Noen lærer best ved å forstå sammenhenger mens andre lærer best ved observasjonslæring eller repetisjonslæring. Mengdetrening er viktig for at enkelte ferdigheter skal automatiseres slik at det dannes sterke strukturer i hjernen (Flobakk-Sitter, 2018).

Rådgivere, karriereveiledere og andre som har ansvar for utviklingen av elevenes karrierekompetanse må derfor kunne mye om utvikling av kompetanse, læringsstiler og læringsstrategier, slik at de kan legge til rette for hensiktsmessige aktiviteter med godt læringsutbytte. På bakgrunn av individuelle forskjeller hos elevene bør veiledningen og aktivitetene tilpasses den enkelte elev (Pettersen, 2008).

Ferdigheter man har behov for å mestre når man går fra å være elev til å bli student er mange. Disse bygger på våre grunnleggende ferdigheter. I følge Kolbs læringsmodell utvikler vi vår kompetanse kontinuerlig i en syklus med fire faser. Dette gjelder også for utvikling av refleksjonsevnen (Haug, 2018) (Kolb, 1984).

I den teknologiske tiden vi lever i må vi ikke glemme hvordan vi mennesker lærer basert på vår biologi. Hjernen er ikke av en harddisk som kan byttes ut. Dette er det viktig å ta hensyn til når man velger ut metoder for undervisningen. Elever må mestre både å skrive på PC og skrive for hånd, ikke enten eller. Det tar tid å utvikle ferdigheter og kunnskap slik at man får solid kompetanse til å meste utfordringer i livet, derfor må

læringsaktiviteter settes i system for å oppnå dette målet (Flobakk-Sitter, 2018). Våre sanser jobber automatisk og tar til seg informasjon via persepsjon. All stimuli skal bearbeides og gjøres om til kompetanse. Dette er krevende prosesser. Elever i videregående skole tar til seg mye informasjon bevisst og ubevisst via sosiale medier og andre ytre stimuli. Pedagoger må tilrettelegge for læring ved å fremme stimuli som gir læring og hindre stimuli som forstyrrer læring. En viktig kompetanse er å sortere nyttig informasjon fra unyttig og å ta den nyttige informasjonen i bruk (NOU 2015:8, 2015). I fagfornyelsen til Kunnskapsløftet er det fokus på praktisk læring og dybdelæring. Elevene skal utvikle refleksjonsevne som de har behov for i forhold til karrierevalg og å takle overganger. Språket må utvikles i samspill med andre individer og er en toveisprosess (Piaget & Inhelder, 1974). Det er viktig at elevene lærer å begrunne valg og sette ord på tankene og følelsene sine. I følge CIP teorien er det å bli kjent med seg selv og sine muligheter og reflektere om disse viktig, derfor må denne kompetansen læres på skolen. Elevene må få bedre innsikt i seg selv for å finne ut av hva de vil og de må ha tilgang på riktig og tilstrekkelig informasjon om muligheter. Effekten av variert undervisning er avgjørende for å bli klar til for å løse problemer man stilles ovenfor i en overgangsfaser (Law & Watts, 2003) (Højdal & Poulsen, 2012; Sternberg et al., 2012). Selv om evnen til å planlegge ikke er ferdig utviklet når man går på videregående skole er man på vei til å bli selvstendig og autonom mener Eriksons (Erikson, 1992). I følge Woolfolk er evnen til å ta selvstendige beslutninger ikke ferdig utviklet før man er mist tjue år, fordi hjernen ikke er ferdig utviklet (Flobakk-Sitter, 2018).

Kolb er opptatt av at vi lærer på ulike måter fordi vi er ulike individer. Vi kan ikke rendyrke en læringsstil. Divergerende læringsstil passer godt for de som lærer best via praktiske aktiviteter. Denne læringsstilen vektlegges i nye lærerplaner som gjelder fra 2020 (Kunnskapsdepartementet, 2016). Motoriske ferdigheter bør læres via praktisk aktiviteter, slik studentene anbefaler. Den assimilerende læringsstilen er en kognitiv læringsprosess som passer når man skal lære teori. Tradisjonelt sett har denne læringsstilen vært mye brukt i videregående skole. Koblingen av de to forgående læringsstilene er den konvergerende læringsstilen. Her er det rom for problemløsning og eksperimentering for å danne ny kunnskap og teori. Akkomoderende læringsstil kjennetegnes med å teste ut planer for å se om planene fungerer i praksis, fungerer ikke

planen justerer man den. Individer som fortrekker denne læringsstilen er glad i å gjøre ting framfor å lese teori (Pettersen, 2008) (Kolb, 1984).

Karrierelæring i skolen bør kombinere de ulike læringsstilene for å utvikle karrierekompetansen til elevene. Piaget sier at vi veksler mellom å assimilerer og akkomodere. Det vil si at vi veksler mellom å tilpasser oss miljøet og å få miljøet til å tilpasse seg oss. (Evenshaug & Hallen, 2000; Piaget & Inhelder, 1974).

Vygotskij er opptatt av sosial læring og at vi lærer via samhandling i de miljøene vi er i. Det å delta på ulike arenaer er derfor viktig. Karrierelæring bør også skje på utsiden av klasserommet, på studiesteder og i bedrifter. Da får elevene tatt i bruk flere sanser og utvikler seg mer enn om de bare leser teori. Man får en annen forståelse og utvikler seg mer helhetlig når man veksler mellom ulike læringsmetoder og læringsstiler (Vygotskij, 1978).

For å vite hva man liker bør det prøves ut i praksis. Interesser får man ofte ved å prøve aktiviteter som man finner ut at man liker. Når vi skal lære om oss selv må vi ha ord og uttrykk som kan beskrive våre interesser og evner. Språk er en av de grunnleggende ferdighetene man må ha for å utvikle god kunnskap om seg selv (Vygotskij, 2001).

Studentene mener man bør lære god studieteknikk på videregående skole slik at man er forberedt til måten man studerer på i høyere utdanning, dette støttes av kunnskapsdepartementet (Kunnskapsdepartementet, 2016).

Man må lære relevante læringsstiler og strategier slik at man kan løse utfordringene man møter. Sternberg mener vi løser problemer på mange ulike måter derfor må den kognitive utviklingen stimuleres slik at man kan løse problemer knyttet til overganger på en hensiktsmessig måte. Elever trenger kompetanse i å identifisere og definere problemer, lage en strategi for å løse dem, samle informasjon som man kan bruke til å løse problemet og gjennomføre problemløsningen som man i etterkant evaluerer. Dette er krevende prosesser som krever kognitive evner på flere nivåer. Man må ha metakognitive ferdigheter, gjennomføringsevne og evnen til å lære. Ved å utvikle praktiske, kreativitet og analytiske evner utvikles vår intelligens og evnen til problemløsning (Sternberg et al., 2012).

Læreplanen for videregående skole har klare mål for utvikling av kunnskap, ferdigheter og kompetanse (NOU 2015:8, 2015).

6.3 Kategori 3: Overgangsfasens emosjonelle svingninger og andre påvirkningsfaktorer.

6.3.1 Tabell med meningsfortetning av empirisk materiale og stikkord

Intervjuspørsmål 4 (vedlegg 1)

Nr.	Studentens mening	Hovedtrekk
1	Jeg flyttet hjemmefra som 15 åring for å starte på den videregående skolen jeg ønsket. For meg gikk omstilling angående økonomi fint fra ungdomskolen til videregående. Fra videregående til studiet jeg nå går på var det verre fordi jeg studerer i Oslo, som er mye dyrere i forhold til bolig. Da måtte jeg skaffe meg jobb ved siden av studiene. Nå har jeg både strammere budsjett og mindre tid, det krever mer selvdisiplin. Overganger fra å gå på videregående til høyskole var mest utfordrende i forbindelse med å være i store forelesningssaler med mange studenter kontra små klasser med få elever. Det er veldig upersonlig. Før hadde jeg en veldig nær tilknytning til læreren og man kunne spørre om det man lurte på etter timen. Man kan ikke spørre like mange spørsmål underveis i forelesningen nå. Nå må jeg disponere tiden mer på egenhånd for det er ikke like mange fastlagte timer. Det krever en stor grad av selvdisiplin. Man har heller ikke lekser så man må ta ansvar for egen læring. Jeg vil si det å lære seg studieteknikk, ha selvdisiplin og takle store forelesningssaler er den største overgangen. Første skoledag stiller du i fine klær og nyklipt hår og har lyst på nye venner. Første dag gikk mange fra skolen og grillet i parken og så var det fadder uka, slik ble jeg kjent med mange folk. I tillegg ble jeg med i studentbaren og dansegruppa, der fikk jeg også nye venner. Jeg er også bevist på at jeg trener og lager mat sammen med andre.	- Stramt budsjett. - Disponere penger. - Ha selvdisiplin. - Store forelesningssaler. - Mindre personlig. - Ikke så nært forhold til foreleseren. - Ikke kunne stille spørsmål i plenum. - Studieteknikk. - Ansvar for egen læring. - Store arbeidskrav. - Delta i fadder uka. - Tren og lag mat sammen med andre. - Fornøyd med skolen opplegg for nye studenter. - Ta initiativ og vær aktiv.

	Jeg er veldig takknemlig for hvordan skolen arrangerte sosiale aktiviteter i starten.	
2	Man vet kanskje litt hva man liker selv om vi ikke lærer det på skolen. Man kan ikke lære hvordan man kommer til å reagere på å starte på et bestemt studie selv om man kjenner noe til innholdet. Man kan ikke vite hvordan foreleserne er eller klassemiljøet. Om miljøet er bra kanskje man liker seg bedre enn man hadde tenkt. Kanskje man blir mer positiv enn man var i utgangspunktet om man liker fagene godt. Dette må man erfare selv. Man vet jo heller ikke hvordan man vil reagere på å flytte til en ny by. Eller om man finner nye venner man kan henge med. Det må man også bare erfare. Det er ingen prøver i løpet av semesteret bare eksamen. Da må man lære å bruke tiden riktig. Gjør man ikke det får man sjokk når eksamen kommer og du må lese en bok på 500 sider kjapt. Man må jobbe hele veien som er vanskelig, men det må man bare erfare. Det spiller inn om du har en hobby eller idrett du driver med, om du er veldig gira på å bli med på mye på skolen eller ikke. Jeg synes ikke det har vært så mange aktiviteter på skolen og jeg kjenner ikke alle i klassen så godt. For jeg bruker mye tid på idretten min. Jeg henger med noen faste jeg har blitt kjent med. Det er litt rart å gå fra de man har vært sammen med hele tiden fra hjemstedet til helt nye folk. Mange av de gamle vennene har reist langt vekk og man ser de ikke på lang tid. Jeg har dratt mye hjem i helgene pga. idretten min og så har jeg kjæreste og venner i hjembyen. Det har jo ikke vært så lurt i forhold til å skaffe nye venner. Jeg har vært litt avhengig av hjembyen. Jeg har bare vært i Oslo to helger siden skolestart. Så det er opp til hva du gjør det til	-Man må erfare selv hvordan man reagerer på å komme inn i et helt nytt miljø. - Erfare selv hvordan man reagerer på å flytte til en ny by. - Erfare selv hvordan man takler å få nye venner. - Hvordan man trives med fagene og foreleserne kan virke positivt. - Planlegge tiden man bruker på skolearbeid. - Studieteknikk - Jobbe jevnt med fagene selv om det ikke er lekser. - Sosial omstilling er takles ulikt. - Ta initiativ selv for å få nye venner. - Ikke reise hjem i helgene.

	selv. Du må ta initiativ. Man skal jo være her i en del år så da er det ikke så lurt å dra hjem hele tiden om man vil ha nye venner. Jeg ville ikke flytte hjemmefra, men jeg ville drive med idrett på høyere nivå og da måtte jeg flytte. Så ville jeg også studere samtidig som jeg drev med idrett og da kunne jeg ikke bo hjemme.	- Hobbyer tar tid, men man får venner der også. - Mange gamle venner har reist lang bort. - Flytte hjemmefra
3	Man kan ikke lære på skolen hvordan man skal bo alene eller i kollektiv sammen med andre. Det å flytte vil endre tankesettet ditt, for du er vant til å bo med familien din. Det kan være en stor påkjenning for mange å flytte fra det stedet du er født og oppvokst. Det kan være tøft å være langt borte fra familien og vennene dine. Så må du skaffe nye venner. Man lærer heller ikke å disponere penger og kjøpe mat. Spiser man mye går det mye penger til matlagning. Det er mange hverdagslige ting man må finne ut av. For noen som er mer tilbakeholdende kan det være vanskelig å få nye venner. Det er viktig å være på fra starten, hvis ikke så mister du mye og du skal kanskje gå med den samme klassen i 3-5 år. Så det er viktig å være med på mye sosialt fra starten, for da dannes det nye nettverk. Fadder uka er nøkkelen, da må man være med på alt, da blir man kjent. Dropper man aktiviteter blir de andre bedre kjent med hverandre enn med deg og man blir bare sånn halvveis venner. Da blir det ikke naturlig å spørre å henge med dem senere. Du starter med blanke ark, uten dine gamle venner fra barndommen.	- Bo alene. - Flytte fra familie og venner. - Få nye venner. - Disponere penger. - Handle mat. - Hverdagslige gjøremål. - Takle endringer - Være på fra første skoledag sosialt. - Være aktivt med i fadder uka. - Starter med blanke ark, bygge nytt nettverk. - Ta initiativ for å få nye venner.
4	Dette er personavhengig. Man vet jo ikke før man prøver. Alle endringene som kommer avhenger veldig av hva du gjør det til selv. Det gjelder alt fra det å takle foreleserne, klassemiljøet, bo alen og få nye venner. Du kan ikke velge	- Lære av egne erfaringer. - Finne ut av ting underveis når

studie ut i fra det. Velger du å være negativ så blir alt negativt. Det er viktig å være positiv og jobbe mot et mål. Det som har med økonomi og lånekassa må man finne litt ut av etter hvert. Alle mulige småting man lur på må man finne ut av underveis. Vi kan ikke lese om sånt i en bok. Alle reagerer forskjellig. Ting er dyrt når man bor alene. Jeg synes jeg hadde lært god studieteknikk siden jeg gikk på IB. Vi hadde mange eksamener samtidig. Jeg synes de som har foreldre som kan hjelp til skal få hjelp av dem med ting som ikke har med skolen å gjøre. De som ikke har foreldre som kan hjelpe burde kanskje kunne henvende seg til et system for å få hjelp med praktiske ting de syns er vanskelig. Det er mye mer upersonlig på skolen med de store klassene, så ikke så lett å få hjelp der. Jeg tror mange har problemer med penger, selv om de ikke tør å innrømme det. I hjembyen hadde jeg nære venner jeg var sammen med hele tiden. Alt tar mye lenger tid her i Oslo pga. av avstandene mellom, skole, trening, venner, bolig osv. Da er det ofte man ikke orker å være sosial fordi det blir liten tid. Det er enklere å slappe av hjemme, eller sitte på skolen å lese og halvveis sosialisere med de som er på skolen. Man sitter ofte med de samme og det blir vennekretsen din. Du møter dem mest på skolen så da blir de ikke så nære som vennene på videregående. Jeg bor alene og ikke i kollektiv, de som gjør det får venner der også. Jeg er mye med kjæresten min som bor i kollektiv. Det er viktig å minne seg selv på å være mer sosial ikke bare bli hjemme fordi det er mer behagelig. Jeg var nok litt negativt innstilt og manglet inspirasjon til å engasjere med om studievalg. Så jeg utsatte å tenke på det. Jeg fulgte ikke så godt med når noen hadde foredrag.	utfordringene dukker opp. - Være positiv. - Jobbe mot et mål. - Kunne om lånekassa. - Privat økonomi er en utfordring. - Få støtte og hjelp av foreldre. - System som kan hjelpe de som ikke har foreldre som kan hjelpe. - Upersonlig med store klasser. - Ikke så nære venner som på videregående. - Enkelt å bli hjemme å slappe av. - Store avstander fører til at man blir mindre sosial. - Alt tar mye tid. - Sosialisere på skolen er effektiv tidsbruk. - Mangel på motivasjon - Sliten
--	---

	Ville lese om ting selv. Få tid til å jobb med det i timene for man har så mye fokus på å gjøre det bra med fagene og få gode karakterer. Vanskelig å få tid utenom. Man er sliten. Hadde så mye annet som jeg måtte prioritere. Vanskelig å se langt fram i tid.	- Sitte på PC og finne info selv - Stort press og stress på karakterer
5	Jeg flyttet da jeg startet på videregående siden jeg satset på idrett. Den gang synes jeg det virket fett å bo for seg selv. Jeg flyttet sammen med en venn og vi trente masse samtidig som jeg valgte realfag. Det ble tøft. Det første året var helt forferdelig. Ingen hadde snakket med meg om å ikke ta et så stort skritt som dette var. Flytte for seg selv, drive toppidrett og velge realfag rett fra ungdomskolen i ung alder. Jeg hadde kanskje ikke hørt på noen om de frarådet meg dette, men kanskje det å ikke velge realfag kunne jeg blitt veiledet bort fra. Jeg hadde flyttet uansett. Jeg trengte ikke realfag senere til det jeg studerer nå. Jeg lærte mye av å bo for meg selv. Jeg lærte om økonomi og lånekassa, som jeg ikke var forberedt på. Det var en veldig tøff overgang og hvis jeg hadde fått noen veiledningstimer så hadde det kanskje vært litt lettere. Når jeg flyttet etter videregående var jeg mer forberedt og det var lettere for meg. Jeg har lært en del om flytting og det å bo for seg selv via egne erfaringer, det har jeg ikke lært på skolen. Det er stor overgang å gå fra en liten klasse til en gigantisk forelesningssal, uten å kunne stille spørsmål til foreleseren. Så er det uvant å ikke ha lekser. Det er mye uvisshet for du vet ikke hvordan du ligger an i fagene. Det er kun eksamen som teller 100 prosent av karakteren, det er en stor overgang. Vi lærte ikke noe om dette på videregående.	- Flytte som 15 åring det var tøft. - Mange endringer samtidig var utfordrende. - Totalbelastningen med idrett, bo alene og realfag var tøff. - Utfordringer med økonomi. - Bli selvstendig via egne erfaringer. - Store forelesningssaler er upersonlig. - Upersonlig forhold til foreleser. - Ingen lekser eller prøver i løper av semesteret. - Bare eksamen teller for karakteren. - Fadder uka er viktig å delta på.

	Veldig rar følelse å flytte fra hjembyen, familie, venner og kjæreste. Så har vi HELDIGVIS fadder uka for å få nye venner, der dannes det nye nettverk som blir kjernen for det sosiale hele studietiden. Jeg var med i mange grupper og aktiviteter. Det er jo ikke så motiverende å gå på skolen når du ikke kjenner noen og ingen sier hei til deg. Da blir du sittende alene i den store forelesningssalen.	- Meld deg på gruppeaktiviteter. - Engasjer deg fra starten.
--	---	---

Intervjuspørsmål 8 a, b, c og d (vedlegg 1)

Nr.	Studentens mening	Hovedtrekk
1	a. At jeg skulle vært mer åpen for flere muligheter i hele videregående skole og ikke låst meg så tidlig til en mulighet. b. Ha mer fokus på hvem den enkelte elev er og på kartlegging av den enkelte. Rådgiver kan utfordre oss på å delta på aktiviteter som stimulere oss til å utvikle oss og bli kjent med oss selv. Delta på Erasmus programmer i Norge eller utlandet og arrangementer som arrangeres av bransjer også. c. La meg være i fred og la meg velge det jeg selv vil. Jeg vil ikke bli advokat.	- Ikke lås deg for tidlig til et valg. - Kartlegging - Individfokus i veiledningen. - La eleven velge selv. - Forske på mange muligheter. - Delta på Erasmus programmer og arrangementer i regi av bransjer.
2	a. Jeg ville sagt til meg selv «Det kan hende du forandrer deg» for man utvikler seg hele tiden. Vær åpen for forandringer. Man får mer selvinnikt med alderen. Ha forståelse for at andre faktorer spiller inn i prosessen, som det å flytte hjemmefra. b. Jeg synes det med kartlegging er viktig, slik at man lærer om seg selv og utvikler seg. Reflektere om seg selv og egen situasjonen.	- Utforsk flere muligheter. - Vær åpen for endringer og utvikling. - Jobb med kartlegging for å bli mer bevisst hvem man er. - La deg inspirere av venner som bruker mye

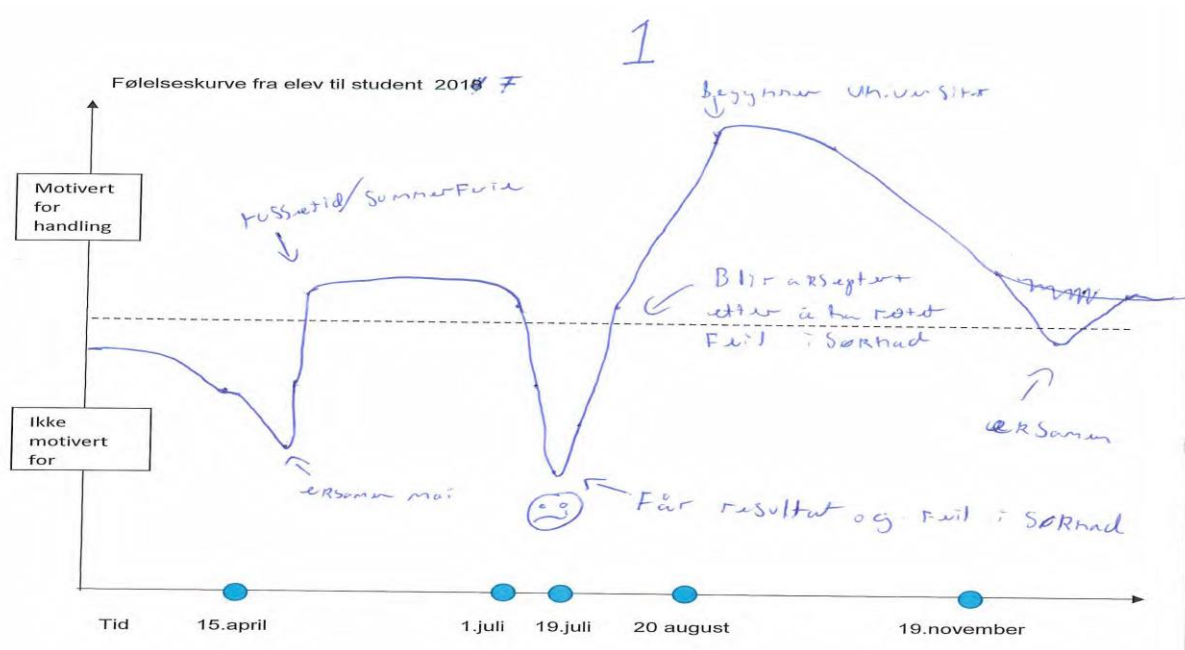
	c. Det er vanskelig for jeg har fått bestemme selv. Jeg liker ikke at de maser, da hadde jeg blitt forbanna. La oss være i fred om man vet at man får hjelp av andre slik jeg fikk. Det har ikke vært lett selv om jeg fikk hjelp, fordi jeg selv ombestemte meg og gjorde liten research på andre muligheter før i siste liten. d. Mine venner har brukt mye tid å finne ut hva de vil, jeg har ikke hatt samme innsatsen og fokus som dem fordi jeg trodde jeg visste hva jeg ville bli.	tid på å forske på muligheter. - Fint at foreldrene ikke maser, men overlater ansvaret til eleven. - Noen å snakke med og reflektere sammen med.
3	Vær åpen for flere muligheter for det fins mange vier å gå. Du må også være klar over at det kan settes stoppere for planer underveis som du selv ikke kan styre. Da må du kunne tenke nytt og gjøre endringer av planer. b. Rådgiverne må stille de riktige spørsmålene til elevene, som får dem til å reflektere over seg selv. At man kan få noen spørsmål man kan tenke på og komme tilbake til på ny time noen dager senere. b. Foreldrene må ikke mase, da stresser de prosessen. Man må regne med å ta feil noen ganger og bytte jobb i løpet av livet. Det er jo ikke uvanlig. Det gjør foreldrene også. d. Venner kan man få ideer av. De kjenner deg godt og vet hvordan du er og hva du kan passe til. De kan motivere deg og støtte deg, komme med ideer. Det er viktig at de ikke er nedlatende.	- Være åpen for flere muligheter - Være endringsdyktig - Være forberedt på hindringer underveis du selv ikke styrer. - Kartlegging - To samtaler med rådgiver med mellomoppgaver og gode spørsmål av som fører til tankeprosesser. - Foreldre må ikke mase og stresse. - Ta ansvar for valgene. - Venner kan bidra med ideer, motivasjon og støtte.
4	a. Jeg vil gi råd til meg selv at jeg burde brydd meg mer. Sette av tid til å gjøre research og ta det seriøst. b. Få hjelp fra starten og involvere seg i elevene og hvem de er. La det være et gjennomgående tema på skolen og i fagene. Kunne hjelpe eleven før de vet	- Sette av tid til research. - Ta det seriøst

	hva de vil studere. Hjelp til å finne ut hva man passer til og ikke bare svare på spørsmål man har når man vet hva man vil. Bli kjent med elevene. c. Forledrene betyr mye og jeg er glad for at de maste litt på meg når jeg tenker tilbake, selv om jeg var irritert på dem. d. La det være et tema i gjengen. Ikke bare for de som vet hva de vil. Det bør være akseptert som tema for de som er usikre også.	- Rådgiver må la det være tema og få det inn i flere fag. - Se den enkelte eleven og bli kjent med dem. - Foreldre kan bry seg men ikke for mye. - Venner bør ha dette som tema og snakke om dette med de som er usikre.
5	a. Jeg ville sagt til meg selv at jeg skulle holdt flere muligheter åpne. Ikke bare ha fokus på yrker du har hørt om via de i familien din. b. Rådgivieren bør hjelpe deg i hele prosessen. De må kunne veilede deg når du ikke vet hva du vil eller passer til. Ikke bare når du har bestemt deg og har konkrete spørsmål. c. Jeg syns foreldrene kunne latt meg få bestemme mer selv. Jeg kunne ønske jeg kunne hatt et friår og gått på folkehøgskole. d. De bør la deg ta egne valg på hvor du skal studere. Det kan være fristene å søke seg dit hvor venner og kjæreste skal gå fordi da har du en trygghet.	- Vær mer åpen for flere muligheter. - Ikke bare tenk på muligheter du kjenner fra familien din. - Rådgiver må hjelpe deg i hele prosessen. - Foreldrene må la deg bestemme mer selv. - Venner må la deg velge selv ut i fra dine behov.

6.3.2 Skisse som bilde på overgangsfasen fra elev til student og tabell med meningsfortenig og stikkord.

Endringskurven – overgangen fra elev til student fra videregående til høyere utdanning.

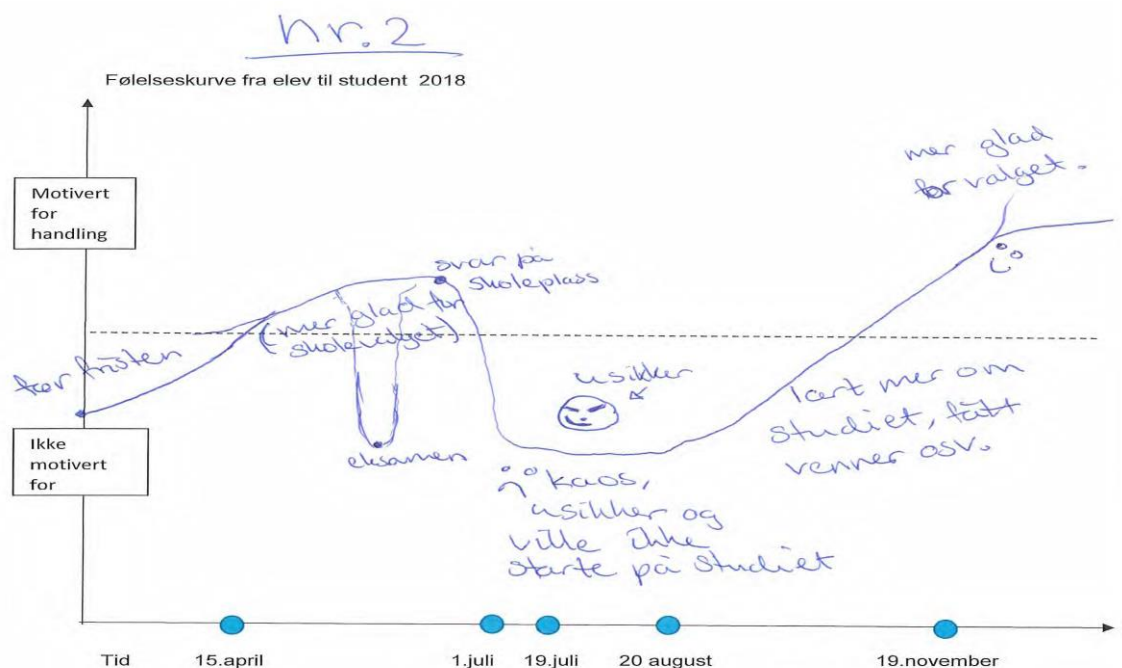
Kandidat 1:



Studentens forklaring av tidslinjen	Hovedtrekk
I siste semester på IB var jeg veldig sliten. Så kommer søknadsfristen til samordna opptak og jeg tenkte at mine karakterer ikke var så bra. Så jeg var ikke så motivert her i denne fasen. Så kom perioden med eksamen og jeg hadde femten eksamener så det var kjempeslitsomt og jeg var helt utslitt før jeg var ferdig med alle sammen. Du presser deg gjennom men du er ikke motivert. Du er langt nede følelsesmessig for du synes alle eksamenen har gått dårlig. Så du forbereder deg på stryk og at du må ta opp flere eksamener. Så kommer russetiden. Da koser du deg og har det kjempe gøy. Så er det sommerferie for oss på IB fra mai. I juli får vi resultatene våre. Da får du bekreftelse på det du tenkte om at det ikke gikk så bra på eksamen, men er litt glad for at jeg besto. Men jeg var litt langt nede for i tillegg	- Tung eksamensperiode på IB, 15 eksamener. - Veldig sliten. - Russetiden virker positivt inn på følelseslivet - Fin periode fra russetiden til eksamensresultatene kommer. - Utfordringer med inntaket ned IB vitnemålet fører til

hadde studiestedet klart å miste søknaden min. Så kommer beskjeden om at jeg kom inn og da stiger humøret til over det stiplede linjen. Livet er bra. Så starter skolen og livet er kjempe bra. Man har det gøy og møter masse nye mennesker. Du har det bra følelsesmessig og du er veldig motivert. Litt utover i semesteret daler motivasjon litt. Så kommer eksamens perioden og da daler kurven til under den stiplede linjen. Du begynner å bli sliten igjen men ikke like ille som eksamensperioden på IB. Man mister litt motivasjon for å gjøre ting.	nedadgående følelseskurve i juli. - Skolestart virker veldig positivt. - Eksamensperioden er slitsom og fører til dårligere motivasjon og slitenhet. - Oppsving etter at eksamen er ferdig.
---	--

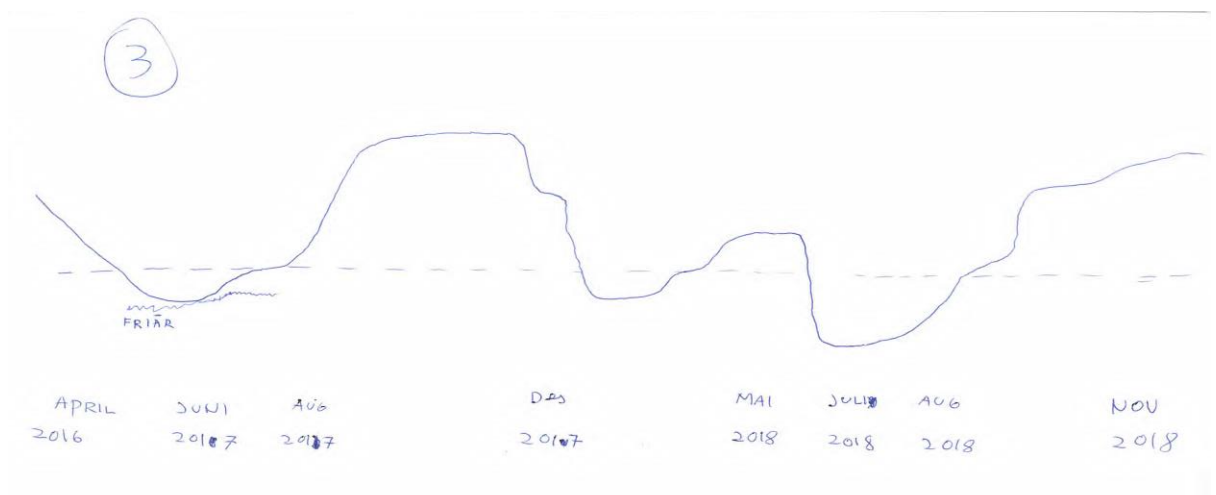
Kandidat 2:



Studentens forklaring av tidslinjen	Hovedtrekk
I starten var jeg ikke så motivert for jeg var usikker, hadde ikke peiling. Jeg hadde ikke lyst å flytte hjemmefra. Men siden jeg ville drive med idrett på høyere nivå så måtte jeg flytte. Det hjalp når jeg fikk søkt studieplass, da følte jeg meg litt mer sikker på hva	-Usikkerhet rundt hva man skal velge påvirker motivasjonen og humøret.

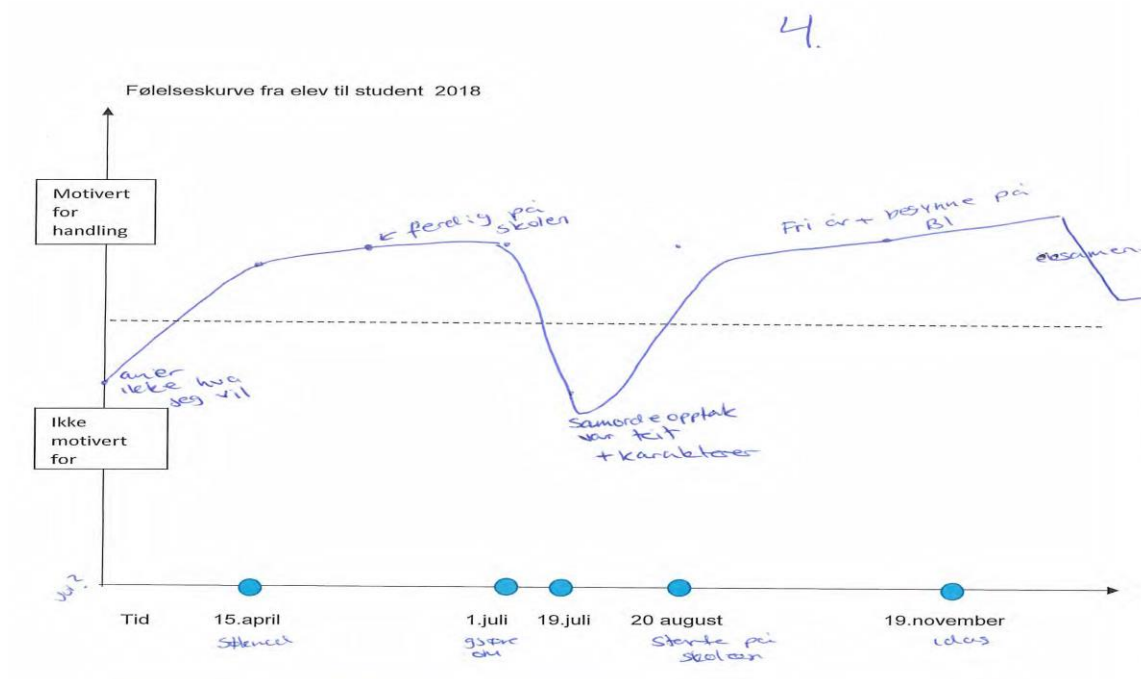
jeg ville. Jeg tenkte positivt og at det sikker kom til å gå bra. Så jeg hadde det greit. Så kom eksamen og det er jo alltid moro (ironi). Så da ble det en liten dupp i kurven min, men jeg var ikke noe stressa. Så kom sommerferien og jeg fikk beskjed om at jeg ikke kom inn på det jeg hadde på første plass. Da ble det kaos og jeg var usikker noen dager på hva jeg skulle gjøre. For nå hadde jeg ikke lyst å starte på det jeg hadde satt på annen plass og som jeg kom inn på. Det endte med at jeg fant et studie på restplassene siden jeg takket nei til andrevalget mitt. Jeg ville gå mer for realfag enn idrett. Så jeg var litt nede før skolestart. Så startet jeg på studiet og det var helt greit, men ikke førstevalget mitt. Det var ikke sånn wow kjempegøy, men helt greit. Utover i studiet har det bare gått oppover for nå syns jeg det mye mer gøy enn da jeg startet.	- Ikke lyst å flytte hjemmefra påvirker kurven negativt. - Store ambisjoner om å drive idrett og studier på høyt nivå blir en faktor som påvirker valget. - Endring av hva man har lyst å studere etter 1.juli påvirker kurven. - Å tenke positivt når man ikke kommer inn på førstevalget er utfordrende. - Gradvis oppadgående kurve når man har tatt valget og kommet i gang med studiene.
---	---

Kandidat 3:



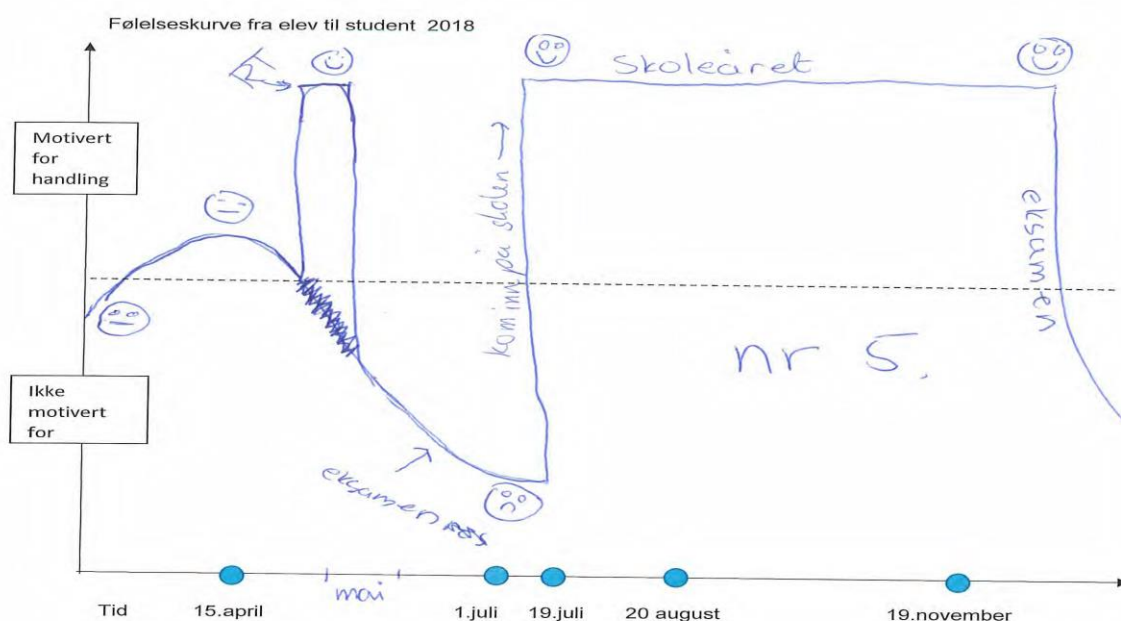
Studentens forklaring av tidslinjen	Hovedtrekk
Jeg starter min kurve våren 2016 som var siste semester på videregående skole. I russetiden var jeg høyt oppe. Så hadde jeg et friår som jeg jobbet. Så kom perioden hvor jeg søkte fallskjermjeger i forsvaret. Etter en uke fikk jeg beskjed om at jeg ikke kom inn, da var jeg helt nede og visste ikke hva jeg skulle gjøre. Så fant jeg ut at jeg skulle søke BI, som jeg kom inn på. Så kom det ny beskjed fra forsvaret om at de hadde gjort en feil og at jeg kom inn likevel. Da hadde jeg allerede betalt en del for skoleplassen på BI så jeg valgte å starte der. Det ble mye surr rundt dette. Jeg hadde det gøy i starten og fadder uka var veldig bra. Helt fra til desember var det gøy, men så begynte jeg å skjønne at BI ikke var noe for meg. Så da kom jeg litt under linja på kurven. Da søkte jeg forsvaret på nytt, men røyk ut på en engelsk test jeg misforsto. Da var jeg irritert. Så søkte jeg det studiet jeg går på nå og da kom kurven over streken igjen. Jeg var lei meg hele sommeren for at jeg ikke kom inn i forsvaret. Så kom august med skolestart, nye venner og fadder uka. Så nå har jeg det bra både med venner og studiet.	- Russetiden var fin og jeg hadde det bra. - Friår etter videregående var fint. - Rot rundt opptaket i forsvaret gjorde til at jeg var langt nede sommeren 2017. - Oppstart på studiet var bra fram til jeg fant ut at det var feilvalg, da sank motivasjonen og kurven dalte - Kom ikke inn i Forsvaret sommeren 2018, det var en stor nedtur og jeg var langt nede den sommeren. - Startet nytt studie som passer for meg, så nå er jeg over den stiplede linjen siden skolestart i august 2018.

Kandidat 4:



Studentens forklaring av tidslinjen	Hovedtrekk
Etter jul var jeg ikke helt sikker på hva jeg ville, noe andre begynner å finne ut av. Så kommer eksamen og du har forhåpninger til deg selv at du skal gjøre det bra. Du tror det har gått kjempebra og du har en fin lang sommerferie fra mai, da har jeg det bra. Så får du resultatene i juli og da er det «bånn i bøtta». Alle forhåpningene du hadde må du justere. Så bestemmer jeg meg for folkehøgskole og da stiger kurven. Der hadde jeg det bra. Etter folkehøgskolen valgte jeg studiet som jeg går på nå og det går fint. Så nå har jeg det bra. Nå starter eksamensperioden og da begynner kurven å gå nedover. Svingningene mine kommer mye av forventninger til meg selv. Når jeg ikke lykkes blir jeg påvirket av det.	- Store forhåpninger til seg selv. - Ikke fornøyd med hva man oppnådde av karakterer fører til skuffelse. - Friår med folkehøgskole var bra. - Fornøyd med valg av studier føles bra. - Eksamensperiodene oppleves som tøffe og spiller inn på følelsene. - Forventninger til seg selv.

Kandidat 5:



Studentens forklaring av tidslinjen	Hovedtrekk
På starten av kurven var jeg ganske nøytral, sånn midt på treet. 15. april som var fristen for å søke var jeg ganske fornødt. Jeg hadde søkt på de studiene jeg synes passet for meg. Jeg var ikke høyt opp for jeg var litt usikker. Så kom russetida. Den var veldig bra. I tillegg fikk jeg kjæreste på den tiden, så jeg var veldig høyt oppe. Så kom eksamen og etter det resultatene av eksamen og da går kurven raskt nedover. Da begynte jeg å tvile på om jeg kom til å komme inn på det jeg hadde søkt. Så kom jeg inn både via samordnaopptak og privat. Da hadde jeg et luksusproblem. Jeg hadde allerede fått meg jobb i Oslo og gikk derfor for økonomistudier i Oslo. Der hadde jeg også noen å bo sammen med. Så jeg droppet Bergen for alt lå så godt til rette for meg i Oslo. Nå kommer en ny eksamensperiode og jeg begynner å kjenne på at kurven som har vært over den stiplede linjen siden i sommer begynne å dale gradvis.	- Rundt innsøk til studiene var kurven midt på treet. For jeg var litt usikker på valget. - I russetiden fikk kurven høyt opp for da fikk jeg også kjæreste. - Eksamensperioden var tøff og kurven dalte. - Resultatene fra eksamen påvirkes kurven negativt. - Å få tilbud om skoleplass fører til at kurven går opp igjen. - Skolestart gir en opptur.

6.3.3 Tabell med meningsfortetning av empirisk materiale og stikkord

Temaer som kom fram uavhengig av et konkret spørsmål fra intervjuguiden. Studentene hadde meninger om overordnede systemer makronivå.

Kandidat	Studentens mening	Hovedtrekk
1	Jeg har hatt problemer med noen private skoler og forsvaret i forhold til mitt IB vitnemål. Vi fikk karakterer senere enn de andre. I forsvaret var det ikke noe system for de med IB, det var så få søkere med slikt vitnemål. På skolen hvor jeg går har vi eksamen hver sjette uke. Så jeg har bare en eksamen igjen nå for jeg har hatt to allerede. Det er deilig for da blir det mer jevn jobbing. Da blir det lettere å gjennomføre og ikke falle av lasset.	-Systemer for IB vitnemål var ikke på plass i forvaret. - Flere private skoler kjenner ikke til IB Diploma. - Fint å ha eksamen oftere.
4	I sommer var jeg sint på samordnaopptak fordi flere av de som jobbet der ikke hadde god kompetanse om IB programmet som jeg gikk på. Så det er veldig personavhengig hva slags hjelp du får når du ringer eller sender epost. Det ble noe feil med opplasting av diplomaen siden jeg hadde tatt opp noen fag. Det førte til at jeg ikke søkte den linjen jeg mest hadde lyst å gå på. Så det hadde vært fint om man kunne fått enda bedre informasjon om slike detaljer på videregående skole. Det er ikke bare samordnaopptak som jeg har ringt til men flere inntakskontor også når det gjelder IB, som ikke kan svare.	- Kompetanse om IB vitnemål er ujevn på samordnaopptak og inntakskontor på noen av studiestedene. - Dette kan føre til feil for søker når det gjelder hva de søker og kommer inn på. - Manglene kompetanse hos de ansatte på inntakskontor.

6.3.4 Analytisk drøfting

Overgangen til studentlivet byr på flere utfordringer. Man skal bryte opp med gamle miljøer hvor man har hatt sine roller og status (Super, 1980). Dette kan være belastende for noen og spennende for andre. Store overganger i livet er en form for livskrise fordi mange endringer skjer samtidig, noen av dem er frivillige og andre ikke. Overgangen fra videregående skole til høyere utdanning er en kvasinormativ overgang. (Kloep & Hendry, 2003). Det er ikke alltid det er elevene selv som ønsker denne overgangen rett etter videregående skole, men foreldrene. Noen elevene føler det er miljøet de lever i, som forventer at de skal gjennomføre overgangen rett etter videregående skole. Enkelte elever legger stort press på seg selv for å komme i gang med studier, fordi de gjerne vil prestere. Den kognitive utviklingen og den emosjonelle utviklingen har i noen tilfeller ikke kommet like langt. I slike tilfeller kan overgangen oppleves som en indre konflikt hos individet, en kamp mellom den tenkende delen og den emosjonelle delen (Vikan, 2014). Er det ytre faktorer som presser på for at eleven skal komme raskt i gang med studier er det en spenning mellom individet og miljøet på mikronivå (Bronfenbrenner, 1979). Ungdommer som liker risiko og spenning har kanskje bedre forutsetninger til å mestre overganger, enn de som er mer trygghetssøkende. Det samme gjelder ungdommer som har utviklet sin identitet godt og blitt autonome, i forhold til de som er mer umodne og som ikke har kommet like langt i identitetsutviklingen (Erikson, 1992). Hvordan overganger oppleves avhenger i om den er frivillig eller ufrivillig, og om den er planlagt eller ikke. Det kan være tungt å skilles fra nettverk man har hatt fra barndommen. Er man ikke like sterkt knyttet til sine gamle nettverk, kan det være enklere å flytte hjemmefra. Overgangen er da både frivillig og planlagt og man er klar for å etablere nye roller i nye nettverk. Mennesker har behov for fellesskap, så man veksler mellom å tilhøre ulike fellesskap og å være et selvstendig individ (Øiestad, 2011). Ungdommene kan ha mange ulike roller, som datter, bror, venn, kjæreste, lagvenninne, elev, statsborger, elevrådsleder osv. I en overgangsfaser vil man oppleve å miste noen roller samtidig som man får nye (Aagre, 2014).

Enaktivisemen vektlegger samspillet mellom kropp og miljø. Det er helheten mellom hjerne, kropp og omgivelsene, som bidrar til individets utvikling (Fredens, 2019) og behovet for å være sosial med jevnaldrende er viktig i ungdomstiden (Halkier & Gjerpe, 2010).

I overgang er det viktig å kunne samtale med en profesjonell person. Man trenger støtte underveis for å få svar på det man lurer på og for å sette ord på følelsene sine. For sterkt press og stress over tid kan føre til alvorlige sykdommer, om man ikke får hjelp til å bearbeide emosjonene sine (Vikan, 2014). Dette er en av årsakene til at noen studenter slutter i sine studier eller tar en pause fra dem (Hovdhaugen, 2019).

Studenter og elever har behov for trygghet og tilhørighet. For noen studenter er det en trygghet å kunne komme hjem til foreldrene av og til, da kan det være lurt å ikke flytte for langt hjemmefra. Super mener man trenger individuell støtte i overgangsprosessen fordi man ikke er ferdig utviklet. Han mener rådgiver på skolen må se den enkeltes unike situasjon og veilede individuelt. Fagfolk i skolen må bli godt kjent med elevene for å kunne veilede best mulig på individnivå (Højdal & Poulsen, 2012). Elevene må selv eie prosessen men få støtte og veiledning etter behov. Foreldrene bør ikke være for dominerende og styrende, men la eleven selv ta ansvar for valgene sine.

Det kan være vanskelig å få nære og tette relasjoner til fagpersoner i høyere utdanning pga. store klasser. Studentene blir derfor mer sårbare om det skulle oppstå problemer både faglig og sosialt. Da kan det være vanskelig å oppsøke hjelp.

Studentene mener selv at de påvirkes av beslutninger de selv ikke har makt over på mesonivå. Nasjonale systemer påvirker karrieren til den enkelte student via gjeldende lover og regler (Bronfenbrenner, 1979). Da spiller kompetansen til de ansattes i systemene en viktig rolle. Saksbehandlingsfeil av søknader om studieplass fører til stressede situasjoner, i forbindelse med opptak til studier. Blir det gjort feil kan dette påvirker studentenes videre karriere på sikt og deres emosjoner her og nå, fordi man føler seg urettferdig behandlet (Vikan, 2014). Krumboltz teori om tilfeldigheter som spiller inn på karrieren forklarer dette. Man kan ikke lage for langsiktige planer uten å justere dem underveis. Det vil alltid skje uforutsette hendelser som gjør at man må endre de opprinnelige planene (Krumboltz, 2009).

Ofte kommer problemer til syne i overgangsfaser når personer går fra noe kjent og trygt til noe fremmed og utrygt. I tillegg til at det skjer mange endringer samtidig.

Kurven studentene tegnet over hvordan de hadde det siste tiden på videregående skole og første tiden i høyere utdanning viser et klart bilde på hva som påvirker emosjonene i perioden. Felles for alle studentene var at de hadde den mest krevende perioden i siste

del av juli. I denne perioden fikk de eksamenskarakterene sine og beskjed om de hadde kommet inn på studiene de hadde søkt på. Studentenes kurve var nede i en bølgedal i denne perioden, fordi noen hadde fått dårlige karakterer, andre kom ikke inn på førstevalget sitt og noen opplevde saksbehandlingsfeil av søknaden sin. Det at kurven viser en bølgedal er i tråd med Elisabeth Kübler-Ross sin teori om hvordan emosjoner påvirkes i endringsprosesser (Lock, 2019). Studentene forklarte at de var frustrerte, skuffet, usikre, deprimert og irriterte i denne fasen. De opplevde at de selv ikke hadde kontroll over situasjonen sin. Bølgedaler i den emosjonelle kurven henger sammen med uønskede endringer og ytre faktorer man ikke selv kan styre og som er negative for individet. Bølgedalen i kurven er typisk for brytningspunktet mellom den gamle situasjonen man er i og den nye man skal gå inn i (Aspaas, 2018; Lock, 2019). Bølgedaler i kurver inntreffer ikke hos alle individer, og dybden og lengden på bølgedalen avhenger av hvor stor påkjenning man utsettes for og hvor raskt man klarer å komme videre i prosessen og løse problemet. Dette er individuelt, mener Kübler-Ross (Kübler-Ross, 1995).

En annen periode hvor de negative emosjonene kommer til syne er i eksamensperioden og rett før fristen for å søke studieplass. Det er mye stress knyttet til eksamensperioder, som påvirker elevenes emosjoner. Det å skulle ta store og viktige valg i denne krevende perioden er ikke heldig. Den kognitive kapasiteten brukes i stor grad på skolearbeid for å prestere best mulig. Når vi vet at emosjoner påvirker våre kognitive evner positivt og negativt er det forståelig at det kan være enda mer krevende å ta gode valg midt oppi en eksamensperiode (Vikan, 2014). Elevene bør jobbe med karrierelæring over tid og i god tid før en stressende eksamensperiode, da er de ikke mottakelige for andre problemstillinger de skal løse, slik et karrierevalg er (Sternberg et al., 2012). Et lyspunkt alle studentene trekker fram er russetiden. Den gav dem alle et positivt avbrekk i den travle og stressende perioden. Alle forteller at de hadde gode følelser i denne perioden og at de hadde det bra. De fikk koble av fra både det å tenke på studievalg og eksamen. Dette vises tydelig i kurvene studentene tegnet. I følge Kübler-Ross sin teori er de fortsatt i sin gamle situasjon og har enda ikke kommet til selve overgangen (Lock, 2019). De har fortsatt de samme vennene og rollene de har hatt gjennom videregående skole og er fortsatt i kjente omgivelser og i systemer de kjenner godt, slik Super forklarer i sin faseteori (Super, 1980).

Når man har gjort et godt studievalg gir dette gode ringeffekter. Man gleder seg til å gå på skolen fordi fagene i seg selv er noe man liker å jobbe med. Man er ofte mer motivert når man gjør aktiviteter man liker, da bruker man også mye tid på aktiviteten. Dette fører igjen til at man mestrer og blir god på det man holder på med, slik utløses gode følelser, som igjen påvirker læringsevnen positivt (Vikan, 2014). Krumboltz mener at motivasjon er en vesentlig faktor for å lykkes (Krumboltz, 2009).

Overgangen til høyere utdanning medfører flere utfordringer. Studieformene er friere og mindre obligatoriske, dette krever selvdisiplin og struktur. For personer som er autonome og strukturerte kan dette være befriende. Er man ikke det kan dette bli kaotisk, stressende og pasifiserende. Studentene burde vært mer forberedt på ulikhetene i studieformene mellom videregående skole og høyere utdanning. Økt fokus på å bli studieforberedt vektlegges i den nye lærerplanen som gjelder fra 2020 (Kunnskapsdepartementet, 2016).

Studentenes emosjonelle kurver hadde en felles oppadgående kurs i forbindelse med studiestart på nytt studiested. De forklarer dette med at de etablerte nye relasjoner, var sosiale, ble med på nye aktiviteter, tilpasser seg nye systemer og lagde nye rutiner alene og sammen med andre. Gradvis tilpasset de seg alt det nye og trivselen økte etter hvert som de ble etablert seg i sin nye situasjon. Dette er i tråd med utviklingen som ofte skjer i endringsprosesser (Lock, u. å.) og i forhold til emosjoner man har i forbindelse med endring (Lock, 2019). Ytre faktorer kan også spille inn på hva studentene opplever som vanskelig. I Oslo er det store avstander og alt tar lang tid. Ofte velger man den enkleste løsningen og blir på hybelen etter skoletid. Faren for å bli isolert er stor om man lar dette bli en vane og en fast strategi for problemløsning (Sternberg et al., 2012). Super mener at man utvikler seg sammen med andre i de miljøene man lever i, man bør derfor delta på sosiale aktiviteter utenom skoletiden (Super, 1980). Er man sosial i studietiden øker sjansen for å gjennomføre studiet (Hovdhaugen, 2019). De relasjonen og rollene man får den første tiden er ofte de man har resten av studietiden. Deltar man ikke aktivt den første tiden er det vanskelig å etableres seg med nye venner. Det er derfor viktig å være med på aktiviteter i starten av skoleåret og selv ta initiativ til å bli inkludert.

Studentene mener at det er en del ting man må finne ut av underveis, når man flytter for seg selv. Krumboltz mener at det ikke er alt som kan planlegges, men må tas som

det kommer (Krumboltz, 2009). Studentene kan selv ta beviste valg i hverdagen og ta styring over enkelte faktorer i livet de selv har kontroll på mikronivå. Så vil det alltid være ting i livet som styres av faktorer på meso-, ekso- og makronivåer, som påvirker livet til studentene, ifølge Bronfenbrenner (Bronfenbrenner, 1979).

Det å stå i endring påvirker individet. Følelser er en viktig faktor i prosessen. Vi sier at man skal gjøre valg med både hodet og hjertet. Det å være bevisst egne følelser og ta hensyn til dem er avgjørende for å ta gode valg. Hvordan vi vekter det å lytt til hjernen og hjertet er forskjellige, men alle bør ha med begge perspektivene når man skal gjøre viktige valg (Karlsen et al., 2018).

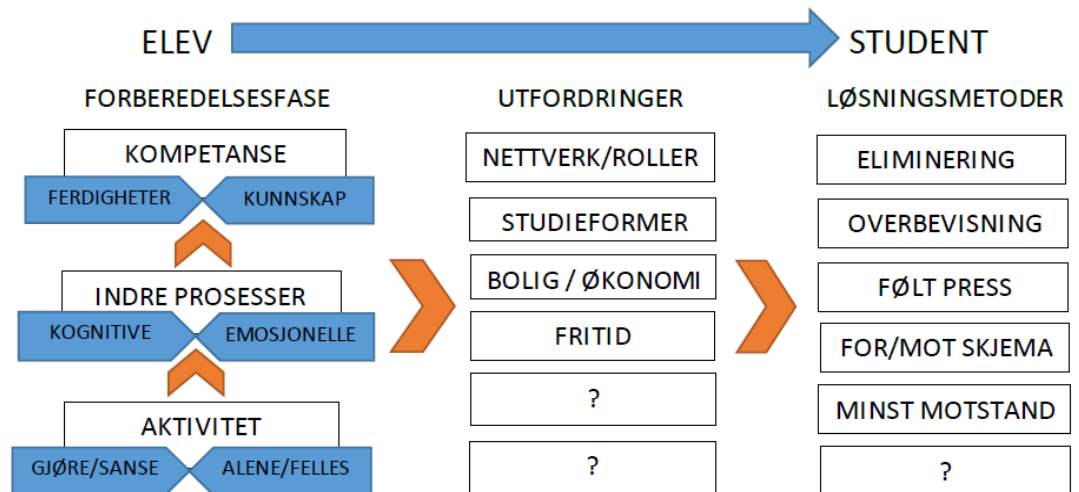
Via de tre kategorier jeg har analysert og drøftet har jeg oppdaget og utviklet nye perspektiver om overgangen fra elev til student. Helheten jeg nå ser har jeg visualisert med en overgangsfasemodell. Jeg har valgt å utvikle modellen for å visualisere mine tanker slik at det skal være enklere å forstå dem, enn om jeg bare brukte ord for å få fram det jeg mener (Sternberg et al., 2012, s. 273-275).

6.4 Overgangsfasemodell

Overgangsfasemodellen er et visuelt bilde på min analyse og drøfting av problemstillingen og mine forskningsspørsmål.

Forberedelsesfasen til elevene varer over lang tid. I denne fasen utvikles individet via aktiviteter og indre prosesser, som gir dem kompetanse til å mestre utfordringer. Utfordringene må løses i forbindelse med overgangen de skal gå gjennom. Elevene har en del felles utfordringer som skal løses, men også ulike utfordringer. Derfor har jeg laget noen bokser med spørsmålstegn i den midterste delen av modellen. Innholdet i boksene kan byttes ut om de ikke passer den enkelte elevs overgangsproblematikk. Modellen kan brukes i andre overganger enn den jeg forklarer, da kan utfordringene som skal løses være ulike de jeg har valgt i min forskning. Utfordringer løses på ulike måter og til høyre i modellen er det noen vanlige problemløsningsmetoder. Disse kan også skiftes ut om de ikke passer til de utfordringene man har. Modellen med de valgte utfordringene og metodene for problemløsning er knyttet til faktorene fra i forskningen jeg har jobbet med.

OVERGANGSFASEMODELL



Susnic 2019

7 Konklusjon og perspektiver

Forskningsprosessen fra valg av tema til analyse og drøfting har ført fram til denne konklusjonen og disse perspektivene.

Konklusjon:

Det å gå fra elev til student er en stor og krevende endring i livet. Man går fra en fase i livet til en ny. Individet forlater det kjente og trygge og går over til noe nytt og ukjent. Elever i videregående skole har behov for et rikt mangfold av karrierelærings- og karriereveiledningsaktiviteter for å bli autonome individer, som kan mestre denne overgangen. Kontinuerlige læringsprosesser er en forutsetning for utvikling av gode karriereferdigheter og karrierekompetanse, som omhandler kognitive- emosjonelle- og sosiale ferdigheter.

Ungdommene er ikke ferdig utviklet og trenger tid til å utvikle seg i eget tempo, før de bestemmer seg for hva man vil studere. Funn i min forskning viser at man bør være åpen for flere yrker og utdanninger det første året på videregående skole. Det er ikke lurt å bestemme seg for tidlig for ett yrke, fordi det er vanlig å ombestemme seg flere ganger i overgangen til høyere utdanning. Noen trenger flere år etter videregående skole før de bestemmer seg for hva de vil studere og hvilket yrket de vil utdanne seg til. Låser man seg tidlig til et yrke går det ut over interessen i å forske på flere yrker og man har liten kunnskap om andre yrker den dagen man ombestemmer seg.

Kompetansen elevene har når de starter i videregående skole varierer og elevene foretrekker ulike læringsformer. Differensierte lærings- og veiledningsaktiviteter, individuelt og i gruppe, er derfor viktig når man tilrettelegger for utvikling og læring i skolen. Aktivitetene bør følge en fornuftig progresjon tilpasset behovene på de ulike klassetrinnene. Funn i forskningen viser at de fleste av karrierelæringsaktivitetene bør være obligatoriske. Aktivitetene som tilbys på videregående skole bør være en blanding av obligatoriske og frivillige, slik at de oppleves som relevante og med en klar hensikt. Individuelle aktiviteter kan være mer tilpasset den enkelte. Usikre elever har behov for individuell veiledning når de ikke vet hva de skal spørre om. Det er lettere å oppsøke frivillig veiledning når man har noe å spørre om. Elevene må få økt kunnskap om seg

selv via kartlegging, samtaler og andre aktiviteter, som utvikler refleksjonsevnen slik at elevene kan løse problemer de møter i overgangsfasen.

For å kunne motta læring må man være mottakelig, og i de mest krevende og travle periodene i forhold til prøver og eksamener er elevene ikke klar for karrierlæring og karrierevalg. Tredje klasse er ett krevende år og elevene er opptatt av karakterer og ikke så mye av studievalg. De nedprioriterer å bruke mye tid på studievalget i disse periodene, noe som fører til at studievalgene blir lite gjennomtenke.

Det er mange faktorer som spiller inn i prosessen og tilfeldigheter avgjør ofte hvilket studie man til slutt starter på. Elevene må selv eie prosessen, men få hjelp og støtte av fagfolk, venner og foreldre ved behov. Foreldrene skal ikke ta over styringen og dominere i prosessen, men være en støttespiller både mens eleven går på videregående skole og etter oppstarten i høyere utdanning.

Mange elever har behov for et avbrekk etter videregående skole for å få tid til å tenke på hva de vil studere videre. I dette året har de også behov for veiledning, da må de vite hvem de skal henvende seg til å for å få hjelp. Mange kjenner ikke til at det er gratis tilbud på karrieresentere i fylkene. De virker også fremmed for elevene å ta kontakt med noe ukjent.

For å mestre overgangen til å bli student bedre, bør elevene lære mer om hvilke studieformer som benyttes i høyere utdanning og andre forhold som skiller seg ut fra videregående skole. Sosialt oppleves overgangen fra elev til student som både krevende og spennende. I den første tiden på et nytt studiested er det viktig å etablere nye relasjoner. Da må man selv ta initiativ og være aktiv. Det er større fare for å bli ensom i en stor by om man ikke selv tar initiativ for å være sosial. Man får ikke automatisk nye venner og nytt nettverk. Man må selv ta ansvar for å få de rollene man ønsker å oppnå og jobbe bevisst for å bli integrert i et nytt miljø. Emosjonelle svingninger er naturlig i endringsprosesser og elevene på videregående skole bør lære mer om hva endringsprosesser innebærer og hvordan de kan oppleves.

Skolen bør være opptatt av karrierelæring gjennom hele løpet. Karriereveiledning er det behov for når eleven står i en valgsituasjon som skal løses. Det kan gjelde valg av programfag eller valg av videre studier.

Elever og studenter har behov for tettere relasjoner til fagpersoner både i videregående skole og i høyere utdanning, for mestre studiesituasjonen og overgangen best mulig. Overgangen stiller krav til autonomi og at man har utviklet seg som et helt menneske både kognitivt, emosjonelt og sosialt.

Perspektiver:

Videre arbeid med utvikling av karrierelæringsaktiviteter i skolen som god utvikling bør ta i bruk hensiktsmessige læringsformer. Aktivitetene må ha progresjon og være differensierte, slik at de kan tilpasset den enkeltes behov.

Via aktiviteter som bygger på hverandre bør elevene gradvis spisse seg inn fra flere mot færre yrker og utdanninger på slutten av videregående skole. Elevene bør utforske flere yrker og muligheter og ikke bare et konkret yrke i starten. De fleste elever ombestemmer seg flere ganger og vil derfor ha behov for å ha kunnskap om flere yrker. Det er viktig å bevisstgjøre elevene på at det er flere yrker man kan passe til og ikke bare ett.

Elevene bør forske på seg selv for å bli bevisst egne interesser og evner. Alle elevene bør ha minst to individuelle veiledningssamtaler med rådgiver. Elevene må lære å reflektere rundt hvem man er, sammen med andre elever, lærere og rådgivere. Dette kan skje via digitale kartleggingsverktøy i kombinasjon med samtaler i gruppe og alene med rådgiver. Tilgjengeligheten på individuell veiledning med rådgiver bør økes. Det samme gjelder karrierelæring i timene hvor faglærer kan bidra med bransjekunnskap i undervisningen, spesielt i programfagene. Karrierelæring er hele skolens ansvar og det bør tilrettelegges for målrettede besøk til studiesteder og bedrifter, slik at elevene får økt arbeidsmarkedskompetanse og nye perspektiver på muligheter i framtiden.

Studieteknikk er noe av det studentene bør være bedre forberedt på før de starter i høyere utdanning. Dette kan læres i norskfaget og legges til ordinære undervisningstimer. Når det gjelder å bli sosialt integrert må man selv ta initiativ å delta på arrangementer skolen arrangerer.

Elevene må vite hvem som kan hjelpe dem med karrierevalg om de ikke starter rett på høyere utdanning etter videregående skole. Informasjon om tjenester som tilbys lokalt og digitalt bør det opplyses bedre om før elevene slutter i videregående skole.

Systemutfordringer elevene møter handler mye om kompetansen til de som er ansatt i systemene, spesielt inntakskontor i ulike institusjoner. Økt kunnskap om IB-vitnemål er viktig. Det samme gjelder kunnskap om endringsprosesser som påvirker individets emosjoner. Det bør hele skolen, elevene og de foresatte lære mere om, slik at elevene kan takle endringene fra det kjente til det ukjent bedre. Ressurser til veiledning må økes for å gi elevene det tilbudet de har behov for og som kan bidra til å hindre frafall og omvalg i høyere utdanning.

Litteraturliste

- Aagre, W. (2014). *Ungdomskunnskap: Hverdagslivets kulturelle former* (2. utg.). Bergen: Fagbokforlag.
- Aspaas, K. (2018). *Den emosjonelle revolusjon*. Oslo: Kagge.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development : experiments by nature and design*. Cambridge, Mass: Harvard University Press.
- ELGPN. (2009-2010). *Lifelong Guidance Policies: Work in Progress*. Jyväskylä, Finland. Hentet fra <http://www.elgpn.eu/publications/browse-by-language/english/european-lifelong-guidance-policies-work-in-progress-a-report-on-the-work-of-the-european-lifelong-guidance-policy-network-2009201310/>
- Erikson, E. H. (1992). *Identitet : ungdom og kriser* (2. utg.). København: Reitzel.
- Evenshaug, O. & Hallen, D. (2000). *Barne- og ungdomspsykologi* (4. utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Flobakk-Sitter, F. (2018). *Pedagogikk og hjernen : en introduksjon til fagfeltet pedagogisk nevrovitenskap*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Fredens, K. (2019). *Læring : et samspill mellom hjerne, kropp og omverden*. Oslo: Cappelen Damm akademisk.
- Giddens, A. (1997). *Modernitetens konsekvenser*. Oslo: Pax.
- Halkier, B. & Gjerpe, K. (2010). *Fokusgrupper*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Haug, E. H. (2018). *Karrierekompetanser, karrierelæring og karriereundervisning : hva, hvorfor, hvordan, for hvem og hvor?* Bergen: Fagbokforlaget.
- Hovdhaugen, E. (2019). *Arbeidsnotat: Årsaker til frafall i høyere utdanning: En forskningsoppsummering av studier basert på norske data*. Oslo: NIFU. Hentet fra <https://nifu.brage.unit.no/nifu-xmlui/bitstream/handle/11250/2593810/NIFUarbeidsnotat2019-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Højdal, L. & Poulsen, L. (2012). *Karrierevalg : teorier om valg og valgprosesser* (2. utg.). København: Schultz.
- Ilstad, S. (2004). *Sosialpsykologi* (5. utg.). Trondheim: Tapir akademisk forl.
- Karlsen, A., Persson, A. & Gudfinnsson, K. (2018). *Kontinuerlig endringsarbeid : helhetlig virksomhetsledelse*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Kjærgård, R. (2012). *Karriereveiledningens genealogi : den suverene stats regulering av det frie utdannings- og yrkesvalg* Institut for Uddannelse og Pædagogik DPU, Aarhus Universitet, København.
- Kloep, M. & Hendry, L. B. (2003). *Utviklingspsykologi i praksis* (K. O. Jensen, Overs.). Oslo: Abstrakt forlag.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning: Experience as The Source of Learning and Development* Prentice-Hall.
- Kompetanse Norge. (2019). *Nasjonalt kvalitetsrammeverk for karriereveiledning*. Oslo: Kompetanse Norge. Hentet fra www.kompetansenorge.no
- Krumboltz, J. D. (2009). The Happenstance Learning Theory. *Journal of Career Assessment*, 17(2), 135-154. <https://doi.org/10.1177/1069072708328861>
- Krumsvik, R. J. (2013). *Innføring i forskningsdesign og kvalitativ metode*. Bergen: Fagbokforlag.

- Kunnskapsdepartementet. (2009). *Utdanningslinja* (St.meld. nr. 44 (2008-2009)). Oslo: Kunnskapsdepartementet.
- Kunnskapsdepartementet. (2016). *Fag - Fordypning - Forståelse: En fornyelse av Kunnskapsløftet* (Meld. St. 28). Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-28-20152016/id2483955/>
- Kvale, S., Brinkmann, S., Anderssen, T. M. & Rygge, J. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Kübler-Ross, E. (1995). *Døden og den døende* (6. udg. utg.). København: Gyldendal.
- Law, B. & Watts, A. G. (2003). The Dots analysis: Original version. Hentet fra <http://hihohiho.com/memory/cafdots.pdf>
- Lock, D. (2019, 04.02.). Kubler-Ross Change Curve. Hentet fra <https://daniellock.com/kubler-ross-change-curve/>
- Lock, D. (u. å.). What is change management: The Definitive Guide. Hentet 12.05.2019 fra <https://daniellock.com/what-is-change-management>
- NOU 2015:8. (2015). *Fremtidens skole : Fornyelse av fag og kompetanser*. Oslo: Departementenes sikkerhets- og serviceorganisasjon, Informasjonsforvaltning.
- NOU 2016:7. (2016). *Norge i omstilling - karriereveiledning for individ og samfunn*. Oslo: Kunnskapsdepartementet.
- NOU 2019:2. (2019). *Fremtidige kompetansebehov 2: Utfordringer for kompetansepoltikken*. Oslo: Departementets sikkerhets- og serviceorganisasjon, Teknisk redaksjon.
- Nyeng, F. (2012). *Nøkkeltbegreper i forskningsmetode og vitenskapsteori*. Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad & Bjørge AS
- OECD. (2004). *Career Guidance: A Handbook for policy makers*. Hentet fra <http://www.oecd.org/education/innovation-education/34060761.pdf>
- Opplæringslova. (2008). *Lov om grunnskolen og den vidaregåande opplæringa* (LOV-1998-07-17-61). Hentet fra www.lovdata.no
- Pettersen, R. C. (2008). *Studenters læring*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Piaget, J. (2003). *Intelligens og affektivitet : deres indbyrdes relationer i barnets udvikling*. Århus: Klim.
- Piaget, J. & Inhelder, B. (1974). *Barnets psykologi*. Oslo: Cappelen.
- Sandal, A. K. (2014). *Ungdom og utdanningsval: Om elever sine opplevingar av val og overgangsprosessar*, Universitetet i Bergen. Hentet fra <http://bora.uib.no/bitstream/handle/1956/9098/dr-thesis-2014-Ann-Karin-Sandal.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Skovhus, R. B. (2018). *Vejledning - valg og læring : unges deltagelse i vejledning* Trykværket, Aarhus.
- Sternberg, R. J. & Sternberg, K. (2012). *Cognitive psychology* (6th ed. utg.). Belmont, Calif: Wadsworth Cengage Learning.
- Sternberg, R. J., Sternberg, K. & Mio, J. (2012). *Cognitive psychology* (6th ed. utg.). Belmont, Calif: Wadsworth Cengage Learning.
- Super, D. E. (1980). A life-span, life-space approach to career development. *Journal of Vocational Behavior*, 16, 282-298. Hentet fra <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/0001879180900561>
- Svendsrud, A. (2015). *Karriereveiledning i et karrierelæringsperspektiv*. Oslo: Universitetsforlag.

- Thomsen, R. (2014). *Karrierekompetence og vejledning i et nordisk perspektiv: Karrierevalg og karrierelæring*. Hentet fra [https://nvl.org/Portals/0/DigArticle/11580/Karrierekompetence og vejledning_2014_dk.pdf](https://nvl.org/Portals/0/DigArticle/11580/Karrierekompetence_og_vejledning_2014_dk.pdf)
- Vestfold Fylkeskommune. (u.å.). *Strategiplan for videregående opplæring i Vestfold 2017 - 2022*. Vestfold: Vestfold Fylkeskommune.
- Vikan, A. (2014). *Innføring om emosjoner*. Trondheim: Akademika forlag.
- Vygotskij, L. S. (1978). *Mind in society : the development of higher psychological processes*. Cambridge, Mass: Harvard University Press.
- Vygotskij, L. S. (2001). *Tenkning og tale*. Oslo: Gyldendal akademisk.
- Øiestad, G. (2011). *Selvfølelsen hos barn og unge*. Oslo: Gyldendal.

Vedlegg

Vedlegg 1: Intervjuguide

Vedlegg 2: Mal endringskurve

Vedlegg 3: Informasjonsbrev med samtykkeerklæring

Vedlegg 4: Søknad NSD

Intervjuguide til fokusgruppeintervju for studenter i høyere utdanning

«Overgangen fra elev til student, sett med studenter i høyere utdanning sitt perspektiv»

Plan for dagen:

- Presentasjon av deltakerne i gruppen.
- Presentasjon av prosjektet.
- Informasjon om taushetsplikt og underskrive samtykkeerklæring.
- Metodeforklaring.

Intervjuspørsmål:

- a. Hvordan opplevde du den siste delen av videregående skole og starten på høyere utdanning? Hvordan var denne overgangsfasen for deg personlig?
 - b. Hva var det verste og beste for deg i denne fasen?
- a. Hvem og hva var viktig for deg i denne fasen?
- a. Hva tenker du man bør lære som elev på videregående skole for å mestre overgangsfasen best mulig?
 - b. Hvordan bør dette læres?
 - c. Hvilke aktiviteter skulle du ønske du fikk tilbud om på videregående skole innen karrierelæring og karriereveiledning?
 - d. Hvordan burde aktiviteter knyttet til karrierelæring og karriereveiledning legges opp i forhold til progresjon i de årene du går der?
4. Er det noe du tenker ikke kan læres på skolen men du selv må erfare og finne ut av i overgangen fra elev til student? Hva er i så fall dette og hva kan man gjøre?

5. a. Hvilke ferdigheter og kompetanse skulle du ønske du hadde eller var bedre på innen karrierevalgferdigheter og kompetanse?
- b. Hvordan tenker du den beste måten å lære dette på er?
6. Hvilke aktiviteter var mest nyttig av det du fikk tilbud om på videregående skole for å utvikle gode karriereferdigheter og kompetanse?
7. Da du gikk på ungdomskolen fikk dere tilbud om ulike aktiviteter for å få en god overgang til videregående skole og ta et godt valg. Er det noen av disse aktivitetene du tenker kunne vært nyttig i overgangsfasen fra elev på videregående skole til student i høyere utdanning i så fall hvilke?

Tilleggsspørsmål:

Hvis du kunne skrudd tiden tilbake hvilket råd ville du gitt til om hva du kunne gjort mer av eller annerledes i forhold til aktiviteter som har med karrierelæring å gjøre hva ville du da sakt til:

- 1.
- a. Deg selv
 - b. Rådgiver på skolen
 - c. Foreldrene dine
 - d. Eventuelt andre for eksempel. Venner, kjæreste mm.

2. Overgang – endring av følelser i faser i et tidsperspektiv

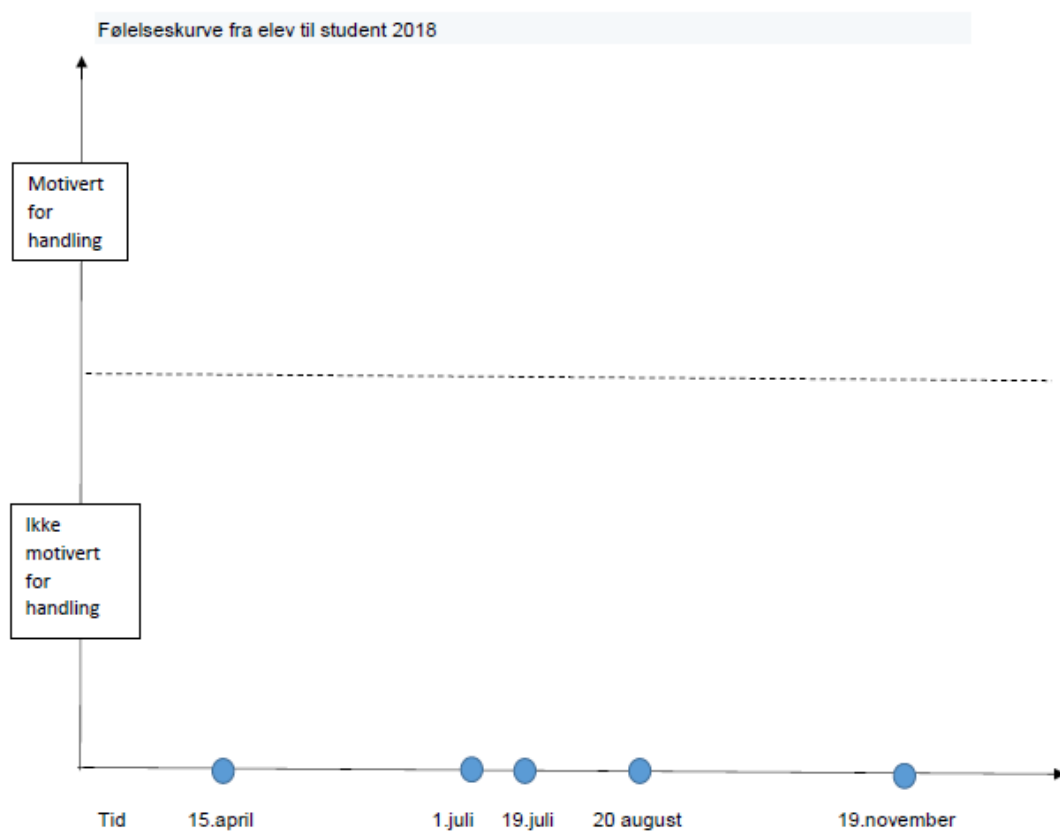
I 2018 har dere vært gjennom en overgang fra elev til student, en stor endring i livet. Slike store endringer fører ofte til endringer i følelser. Man går gjennom en prosess som kan bestå av ulike faser.

- a. Kan du tegne en kurve inn på tidslinjen hvordan du har opplevd svingninger og variasjon av egne følelser i denne perioden.
- b. Kan du forklare kurven din.

Åpen runde:

Kommer du på noe du ikke har fått delt du tenker er viktig å si noe om som har med overgangen fra elev til student å gjøre?

Vedlegg 2: Mal endringskurve:



:

Vil du delta i forskningsprosjektet

” Overgangen fra elev til student, sett med studenter i høyere utdanning sitt perspektiv”?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i forskningsprosjekt mitt hvor formålet er å kartlegge studenter i høyere utdanning sine meninger og erfaringer om overgangen fra elev til student. Prosjektet har også som formål å kartlegge hvordan studentene mener tilbudet innen karriereveiledning til elever i videregående skole bør være, basert på egne erfaringer. Jeg er student ved Universitetet i Sørøst- Norge på studiet Master i Karriereveiledning. I dette skrivet får du informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Målet mitt med denne masteroppgaven er å kunne bidra med ny kompetanse innen karriereveiledning som kan styrke tilbudet innen karriereveiledning til elever i videregående skole i studieforberedende klasser.

I min masteroppgave ønsker jeg å gjøre et forprosjekt i forkant av fokusgruppeintervjuet med studenter i høyere utdanning. Forprosjektet går ut på å innhente mest mulig informasjon fra ressurspersoner med ansvar for karriereveiledning i videregående skole i Vestfold. Kildene er personer som jobber i utdanningsavdelingen i Vestfold Fylkeskommune og som er ansvarlig for faglig utvikling av rådgivere i skolen, fordeling av ressurser og som har faglig ansvar for tjenesteinnholdet som tilbys elevene. I tillegg skal jeg ha dialog med rådgivere på tre videregående skoler i Vestfold, for å få informasjon om praksis innen karriereveiledning foregår på disse skolene. Jeg skal besøke rådgivere på to av skolene, den siste skolen har jeg dialog med rådgiverne via epost og telefon. Ved å gjennomføre dette forprosjektet ønsker jeg å tilegne meg så god oversikt som mulig over praksis og tilbud eleven får i de årene de er elever i videregående skole. Ved å gjøre dette i forkant av fokusgruppeintervjuet med studenter vil jeg kunne lage en god intervjuguide med målrettede spørsmål, som kan gi meg svar på mine spørsmål og problemstillinger. Forprosjektet og studentenes meninger om temaet vil danne grunnlaget for min analyse knyttet til mine forskningsspørsmål:

Hvilke læringsaktiviteter og trening forgår i videregående skole for å fremme karrierelæring?

Hvordan matcher det studentene mener, med slik tilbudet til elever i videregående skole i Vestfold er i dag?

Hvilke ferdigheter og kompetanse mener studentene man bør lære i videregående skole for å mestre overgangen til student best mulig?

Hvilke utfordringer møter elevene i denne overgangen?

Utvelgelse av deltakere til fokusgruppeintervjuet

Jeg ønsker å intervju unge studenter som nylig har gått gjennom prosessen fra elev til student og som har flyttet hjemmefra. Jeg ønsker å intervju studenter fra Vestfold som er født i 1999, 1998 og 1997. Gruppen vil bestå av 5 personer med omtrent lik kjønnsfordeling.

Rekrutteringen har foregått via mitt nettverk og venner av personer i mitt nettverk. På den måten har jeg funnet fram til deg som relevant informant til min masteroppgave.

Jeg har brukt messenger for å få navn på aktuelle kandidater. Senere har jeg ringt alle de aktuelle studentene for fortelle mer om prosjektet før de takket endelig ja til å delta i gruppeintervjuet.

Hva innebærer det for deg å delta?

Om du takker ja til å delta i min masteroppgave møter du til gruppeintervju mandag 19.november på Oslo Met kl 13.00 – 16.00. Du får tilsendt samtykkeerklæring og intervjuguide på forhånd slik at du kan forberede deg litt før vi møtes. Alle i gruppen skal si sin mening om alle spørsmålene i intervjuguiden. Metoden for hvordan vi skal gjennomføre intervjuet kommer jeg til å forklarer grundig

når vi møtes. Målet er at alle skal få sagt alt de tenker og få delt sine meninger, for å få fram flest mulig synspunkter på spørsmålene. Målet er ikke at dere skal bli enig, men fortelle egne tanker og erfaringer. Alle i gruppa har taushetsplikt om det som blir delt i intervjuet. Jeg tar opp intervju med lydopptaker. Dette skal jeg i ettertid transkribere og deretter vil lydopptakene bli slettet.

Intervjuguiden får dere som et eget vedlegg på epost. Der beskrives også metoden i korte trekk.

Det er frivillig å delta Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykke tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle opplysninger om deg vil da bli anonymisert. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

Underveis i prosessen til ferdig masteroppgave er det min veileder Professor Peter Plant ved Universitetet i Sørøst-Norge som har tilgang til mine opplysninger.

Opplysningene om dere vil bli anonymisert, slik at dere ikke vil bli gjenkjent.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Prosjektet skal etter planen avsluttes innen 1.juli 2019. Etter denne datoen vil lydopptakene slettes.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- få slettet personopplysninger om deg,
- få utlevert en kopi av dine personopplysninger (dataportabilitet), og
- å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Universitetet i Sørøst-Norge har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

☐ Universitetet i Sørøst-Norge ved Professor Peter Plant, 31009465, Peter.Plant@usn.no

☐ Student Sonja Susnic, 92269713, sonja@sfjbb.net.

☐ Personvernombud Universitetet i Sørøst-Norge: Kristine Langerød, 35575019, kristine.langerod@usn.no

☐ NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost personverntjenester@nsd.no eller telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Sonja Susnic

92269713

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet

«Overgangen fra elev til student, sett med studenter i høyere utdanning sitt perspektiv»

og har fått anledning til å stille spørsmål.

Jeg samtykker til:

- ☐ Å delta i gruppeintervju
- ☐ At mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, senest 1. juli 2019
- ☐ Å ha taushetsplikt om det de andre studentene i gruppa forteller i gruppeintervjuet

--

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

NSD NORSK SENTER FOR FORSKNINGSDATA

NSD sin vurdering

Prosjekttittel

Masteroppgave i karriereveiledning

Referansenummer

917780

Registrert

07.10.2018 av Sonja Susnic - sonja@sfjbb.net

Behandlingsansvarlig institusjon

Universitetet i Sørøst-Norge / Fakultet for humaniora, idrett- og utdanningsvitenskap / Institutt for kultur, religion og samfunnsfag

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Peter Plant, peter.plant@usn.no , peter@roejle.dk, tlf: 31009465

Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

Kontaktinformasjon, student

Sonja Susnic, sonja@sfjbb.net, tlf: 92269713

Prosjektperiode

05.09.2018 - 01.07.2019

Status

06.11.2018 - Vurdert

Vurdering (1)

06.11.2018 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg den 6.11.2018, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD. Behandlingen kan starte. MELD ENDRINGER Dersom behandlingen av personopplysninger endrer seg, kan

det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. På våre nettsider informerer vi om hvilke endringer som må meldes. Vent på svar før endringer gjennomføres. TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET Prosjektet vil behandle alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 1.7.2019. LOVLIG GRUNNLAG Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake. Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a. PERSONVERNPRINSIPPER NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om:

- lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke behandles til nye, uforenlige formål - dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet - lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet

DE REGISTRERTES RETTIGHETER Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20). NSD vurderer at informasjonen om behandlingen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13. Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned. FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32). For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og/eller rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon. OPPFØLGING AV PROSJEKTET NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet. Lykke til med prosjektet! Kontaktperson hos NSD: Lisa Lie Bjordal Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)