



20231114 – SIV – del 2



# Visuellt stöd & digitala verktyg i SYV



DigiCao

---

Joakim Cao,  
Studie- och karriärvägledare  
E-post: [info@digicao.nu](mailto:info@digicao.nu)  
Hemsida: [www.digicao.nu](http://www.digicao.nu)

# — Agenda: Kl. 14:00 – 15:00 —



Introduktion | Incheckning

E-vägledning – inblick och perspektiv

Metoder och verktyg i studie - och yrkesvägledning

Vi ska testa olika digitala verktyg

Karriärteorier om hopp och positiv osäkerhet i en förändring tid

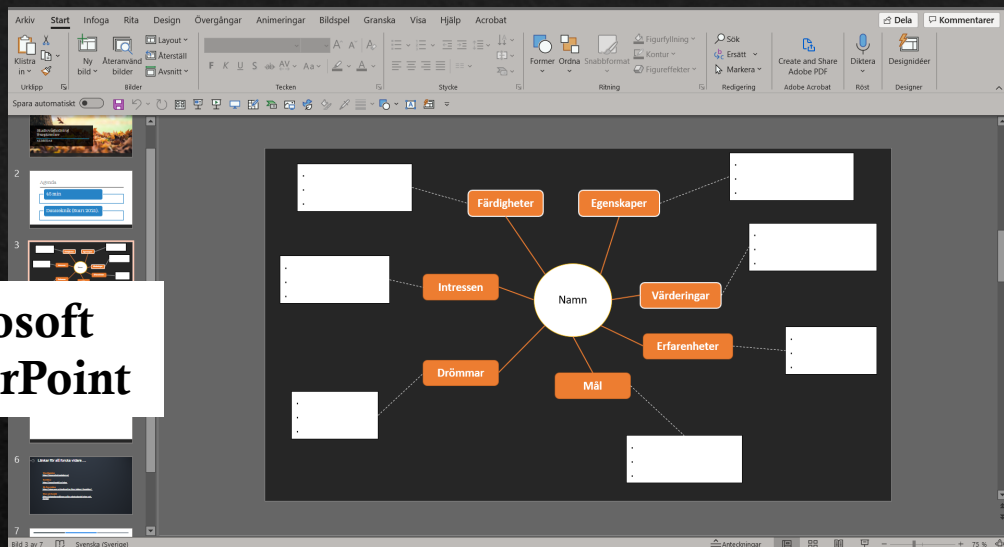
Etik och GDPR

Diskussioner | Frågestund | Utcheckning

# Några digitala verktyg – med fokus på Hur:et

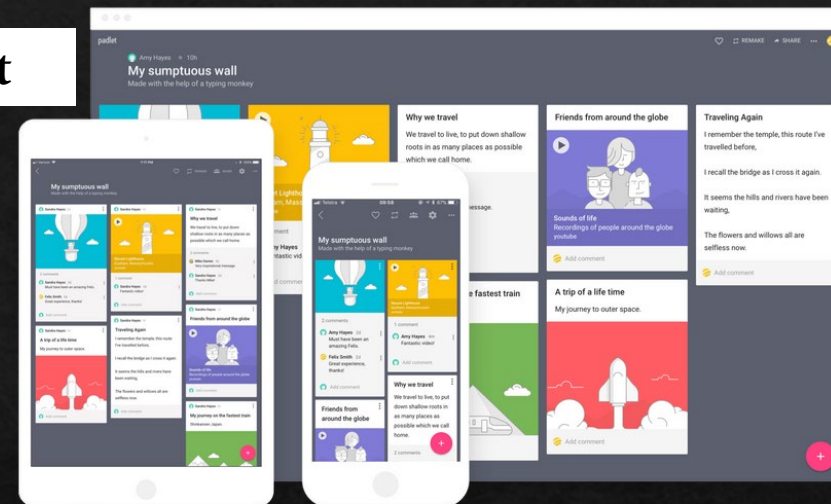
1

Microsoft PowerPoint



2

Padlet



3

Zoom - "Annotate" & "Whiteboard"



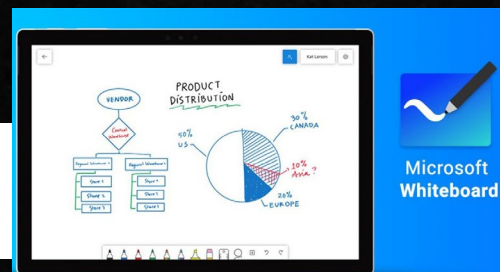
4

Canva



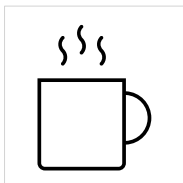
Youtube

Microsoft Whiteboard



Google





Varmt välkommen till en spännande eftermiddag...



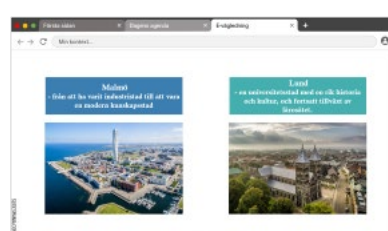
Hope-Action Theory



Introduktion | Agenda



Generative AI | ChatGPT



Karriärvägledning | Teorier



E-vägledning - Inblick



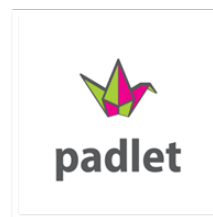
Digitala metoder | Verktyg



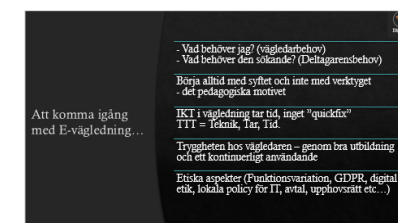
Zoom | Teams | Jamboard



Microsoft PowerPoint | Forms



Padlet | Canva



Etiik | GDPR



Utvärdering | Avslutning

# Kort bakgrund



[www.digicao.nu](http://www.digicao.nu)



[www.digisyv.online](http://www.digisyv.online)

Verksam studie- och karriärvägledare vid LTH, Lunds universitet.  
Vägleder programstudenter: Civilingenjörsutbildning i Datateknik samt  
Civilingenjörsutbildning i Tekniskt Fysik.

Tidigare verksam vid Malmö universitet. Arbetade med frågor som rör breddad  
rekrytering inom högre studier och ungas karriärövergångar.

Fil.mag. i pedagogik (år 2021) | Studie- och yrkesvägledarexamen (år 2017)

Stort intresse för digitala verktyg i studie- och karriärvägledning samt interaktiv  
processvägledning.

På nätet: [www.digicao.nu](http://www.digicao.nu) | [info@digicao.nu](mailto:info@digicao.nu) | [LinkedIn](#) | [Youtube](#)

Lärandeplattform tillgänglig här: [www.digisyv.online](http://www.digisyv.online)



# Joakim Cao: Studie- och karriärvägledning



LUNDS  
UNIVERSITET

LTH  
LUNDS TEKNISKA  
HÖGSKOLA



MALMÖ  
UNIVERSITET



[www.digicao.nu](http://www.digicao.nu)



## DigiSYV [Digital studie- och yrkesvägledning]

Digital Studie- och karriärvägledning | Digitala verktyg | E-vägledning | Inspiration, tips och workshops |  
Informationstjänster · Hela riket · 355 följare ·

+ Följ

Gå till webbplats ↗

Mer



Framtidskortet  
för dig som arbetar med samtal

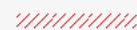


DigiCao

## KOM IGÅNG MED KURSEN

DigiSYV | Lärandeplattform

Guide till IKT & digitala verktyg i studie- och yrkesvägledning



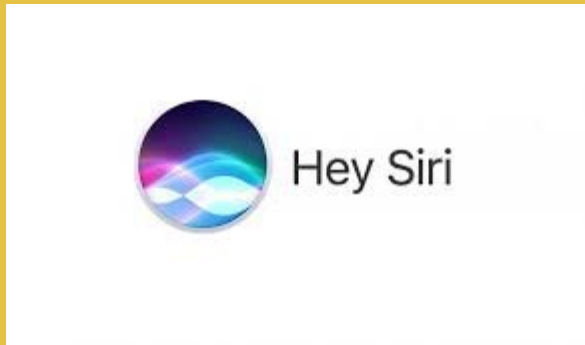
# WEBBASERAD FORTUTBILDNING



Just nu pågår ett intensivt arbete med att organisera sidan och lägga upp material. Hemsidan blir tillgänglig helt kostnadsfritt fr.o.m hösten 2023. Därför kan strukturen ändras.



# Artificiell intelligens – att göra datorer och teknologier lite mer mänskligare





# Ett nytt digitalt landskap



AI



Monotona uppgifter  
förenklas



Nya  
användningsområden



Skapa eget  
material  
enkelt.



Spara tid

Källa: Anders Enström

**Malmö**  
- från att ha varit industristad till att vara en modern kunskapsstad



**Lund**  
- en universitetsstad med en rik historia och kultur, och fortsatt tillväxt av lärosätet.



# Min vägledningskontext...

**Malmö, en stad** med många möjligheter, men samtidigt många utmaningar. Det är även **en kliven stad** med många högtbildade och lågutbildade.

**Processvägledning; Blicka inåt – Blicka utåt – Blicka framåt**  
(Jmf. med Insikt – utsikt – framsikt)

## Inre och yttre värld

- Kompetenser
- Värderingar
- Intressen
- Egenskaper
- Färdigheter
- Socialt sammanhang

**Karriärlärande**  
**Karriärutveckling**  
**Valkompetens**

Kritiska röster  
Föreställningar  
Förväntningar  
Oro  
Utmaningar

**Framtidshopp**  
**Lärande (livslångt)**  
**Positiv osäkerhet**

Funktionsvariationer  
Psykisk ohälsa  
- Tillgång till pedagogiskt stöd  
- Stärka psykologiskt kapital

# Det livslånga lärandet - ett exempel...

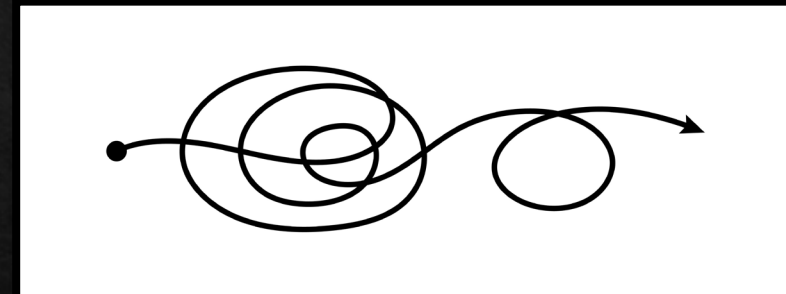
”Jag blir 36 om ett år och har ingen aning om vad jag ska göra med mitt liv. Jag har inga särskilda intressen och vet inte riktigt *vad jag är bra på*.

Jag har ingen ordentlig utbildning och har jobbat som personlig assistent de senaste 5 åren. Jag har också haft deltidsarbete på en livsmedelsaffär. Jag blev nyligen uppsagd pga. arbetsbrist där. Det var synd för jag behöver ju pengar men känner samtidigt att det var inget för mig att fortsätta med.

Känner mig stressad. *Vad ska jag göra?* Att hoppa på en utbildning vilken som helst går ju inte. Jag avskyr att vara i den här sitsen, tiden bara flyger iväg och jag känner att jag inte har några ambitioner. Eller snarare, jag vet inte på vad jag ska lägga mina "dolda" ambitioner. *Vad passar jag till?”*

*Vad tycker du att jag ska göra?*

Twisted career – Rie Thomsen



Inspirationskälla:  
Nordiskt Nätverk för Vuxnas Lärande  
NVL Åland (2019)

**Career is the individual's path through life, learning and work, and the path that individuals take to live their lives, build their skills, care for their families and work in the labour market makes a difference to the organisations in which they work and the societies in which they live.**

**(Hooley et al. 2019)**



Att upptäcka

Att förstå

Att göra



"Tell me and I will forget, teach me and I may remember,  
involve me and I will learn."





# Vad är e-vägledning?

Vad är digitalisering av studie- och yrkesvägledningen?

0110000000001110  
00100011111000100



Administrativa plattformar



Utbildningsplattformar/Lärplattform



Portaler



Sociala media



Tester



Vägledningsverktyg



Mötesrum



Kommunikationskanaler



Inspirationskälla:  
Börje Lindqvist

# Digitalisering och digitala verktyg i skolan

## Datorer och plattor



## Appar och program





## Molntjänster:

- OneDrive
  - Google drive
  - Box
  - iCloud
  - Dropbox
- 
- Delning av dokument
  - Arbeta i realtid “live” tillsammans
  - Teams → PowerPoint – Word etc...
  - Google Education

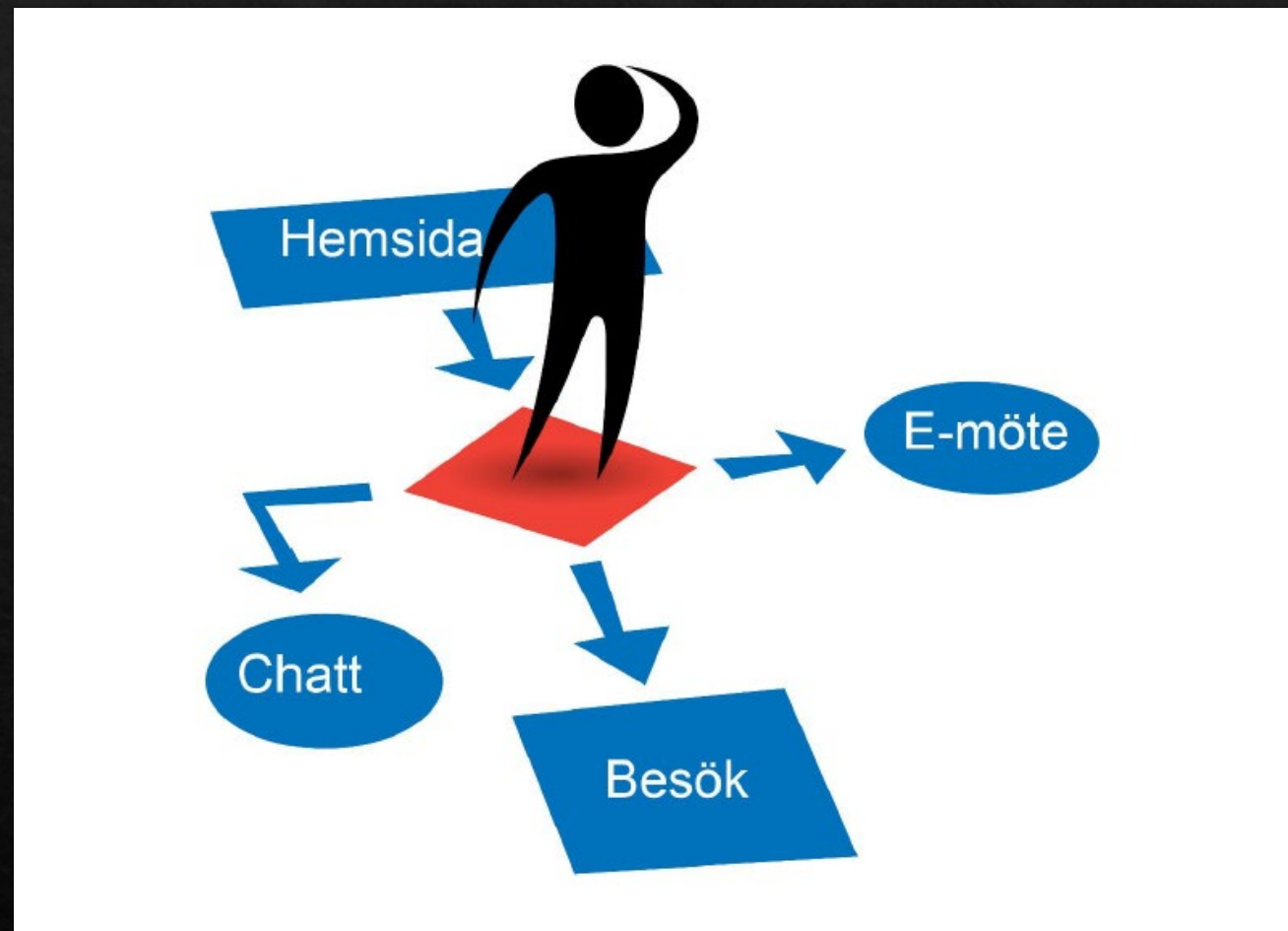


**”E-vägledning innebär att den vägledde och vägledaren oftast inte befinner sig i samma fysiska rum, och/eller att vägledningsaktiviteten sker med stöd av IKT baserade, digitala verktyg. E-vägledning ska ge vägledning via webben, antingen i realtid eller genom förberett material.”**

**Sveriges vägledarföreningen**

Kommunikation  
på distans...

...bra men löser  
inte allt...



# 4K-modellen – E-vejledning



## **Kontakt**

- Etablera relation, stäm av skäl till kontakt, ange förväntningar/förutsättningar, val av kommunikationsform? Ok eller annat forum? Tidsåtgång?

## **Kontrakt**

- Klargör mål, samfatta, spegla, summera. Vad vill du uppnå? Tid att reflektera.

## **Kommunikation**

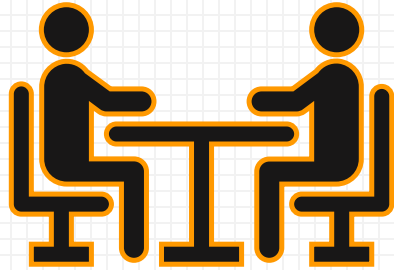
-Vägledare och vägsökande arbetar tillsammans med frågan, undersökande, utmanade, informerande: Prövar, värderar hypoteser och alternativ. Tid för reflektion

## **Konklusion**

- Värdera slutsatser utifrån i kontraktet uttalat mål, stimulera aktivitet, tid för summering och reflektion. Möjlighet till återkontakt, hur?

Källa:  
[Lindberg 2020](#)

# Processvägledning i det digitala rummet



## Det professionella samtalet

Coachningssamtal  
Motiverande samtal  
Lösningfokuserat samtal  
Vägledningssamtal

## Allians

- Förväntningar
- Samarbete
- Kontrakt
- Lyssna-tänka-tala



## Ramar

- Syfte
- Tidsramar
- Klargörande / Tydliggöra
- Information vs Vägledning



## Struktur

- Upptäcka – Förstå - Göra
- Utforska – Tillföra - Utforska
- Vägledningsaktiviteter



## Handlingsplan

- Uppföljningsamtal
- Aktiviteter efter samtalet.
- Vad är nästa steg?



## The helping model – en överblick



The Helping Dialogue  
Communication skills

- Tuning in
- Active listening
- Responding to empathic highlights
- Checking understanding
- Probing
- Summarizing
- Challenging

## UTU (Informationsutbyte)

**Utforska** vad individen redan vet:  
*Vad känner du till om...? Lyssna och sammanfatta*

**Tillför information:** *Kort (45-60 sek), sakligt, anpassat till*

**Utforska:** *Vad tänker du om det? Vad innebär detta för dig? Lyssna och sammanfatta*

Gerard Egan

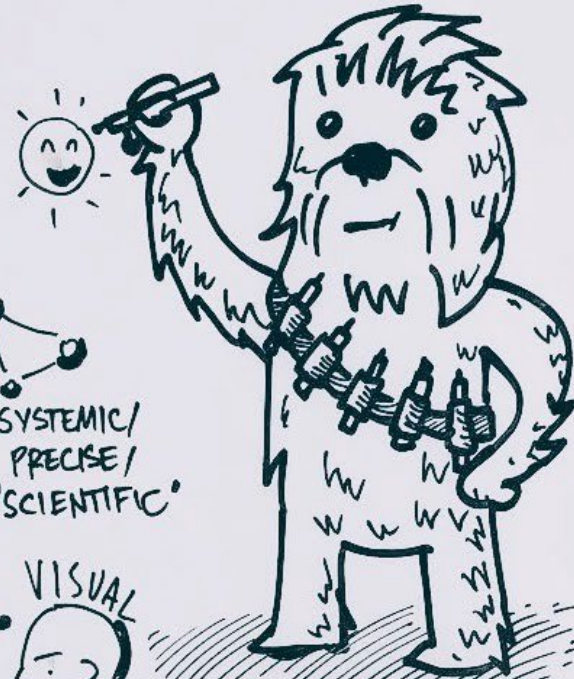
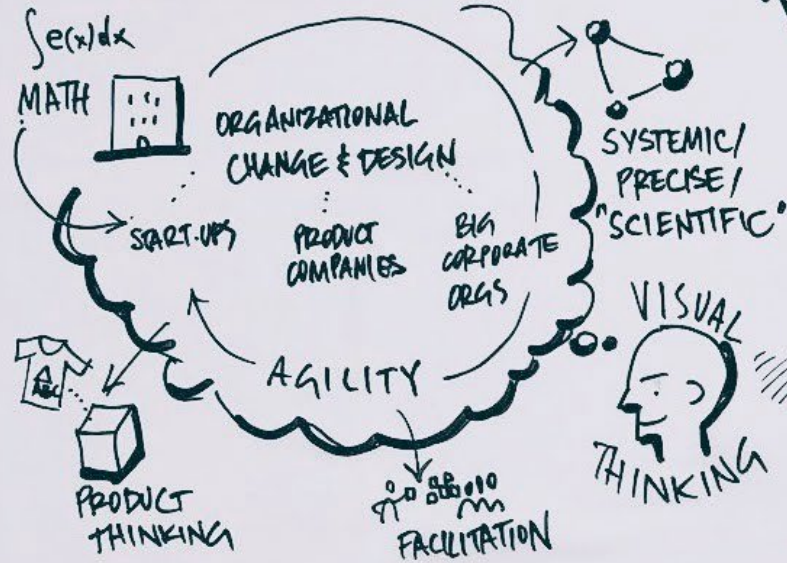


## Mina behov...

- ◇ Kunna rita, skissa och designa – ta fram visuellt material
- ◇ Kunna infoga bilder, material och annat
- ◇ Arbeta med vägledningsmaterial/övningar
- ◇ Spara och dela material via mejl - Kunna skapa/exportera PDF-fil eller bilder.
  
- ◇ Mer fokus på vägledning och mindre information.
- ◇ Tid för reflektion och att stanna upp i samtalet.
- ◇ Att konkretisera, visualisera och synliggöra idéer
- ◇ Interaktion och samarbete i samma digital yta.
- ◇ Digitalt verktyg: Enkelt och lätt att komma igång.
- ◇ Vägledning före teknik

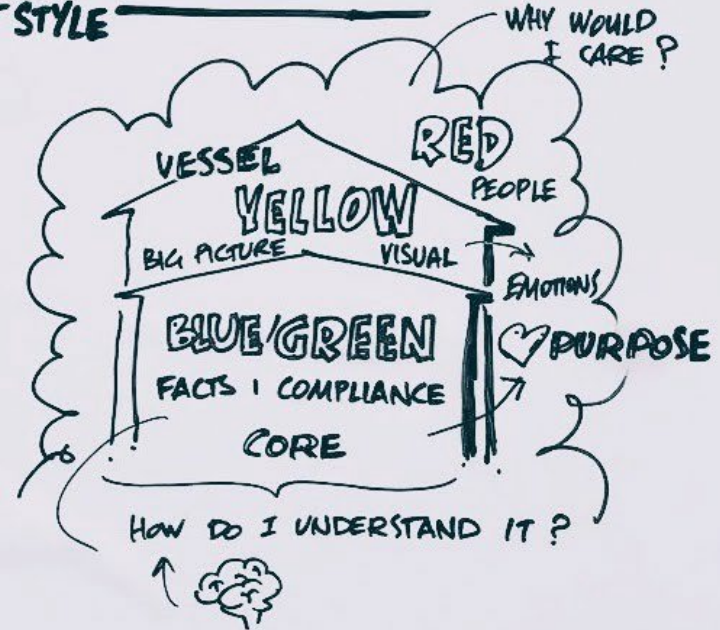
Min

# EXPERIENCE/ STRENGTHS

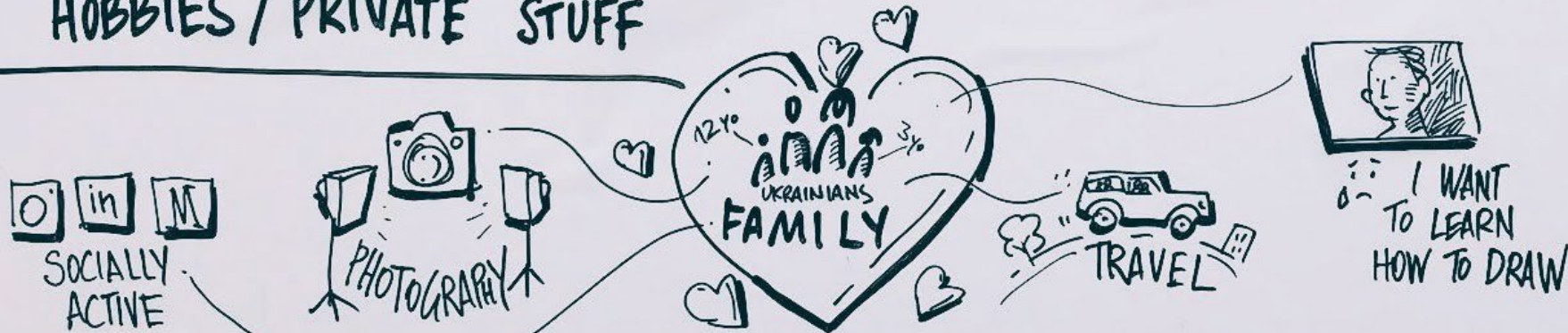


**WOOKIEE**  
THAT LIVES IN ME  
YURI MALISHENKO

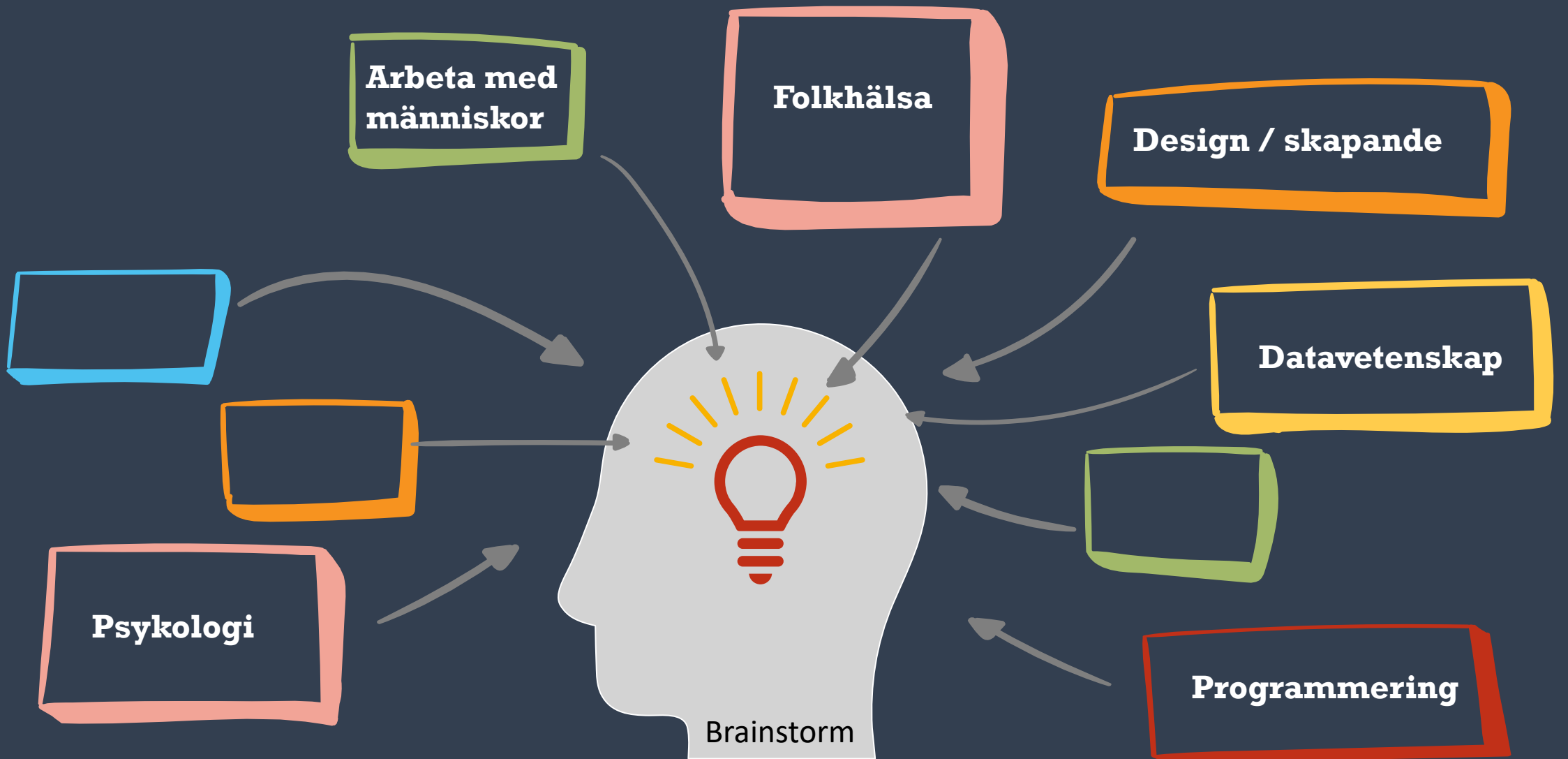
# MY PREFERRED COMMUNICATION -STYLE

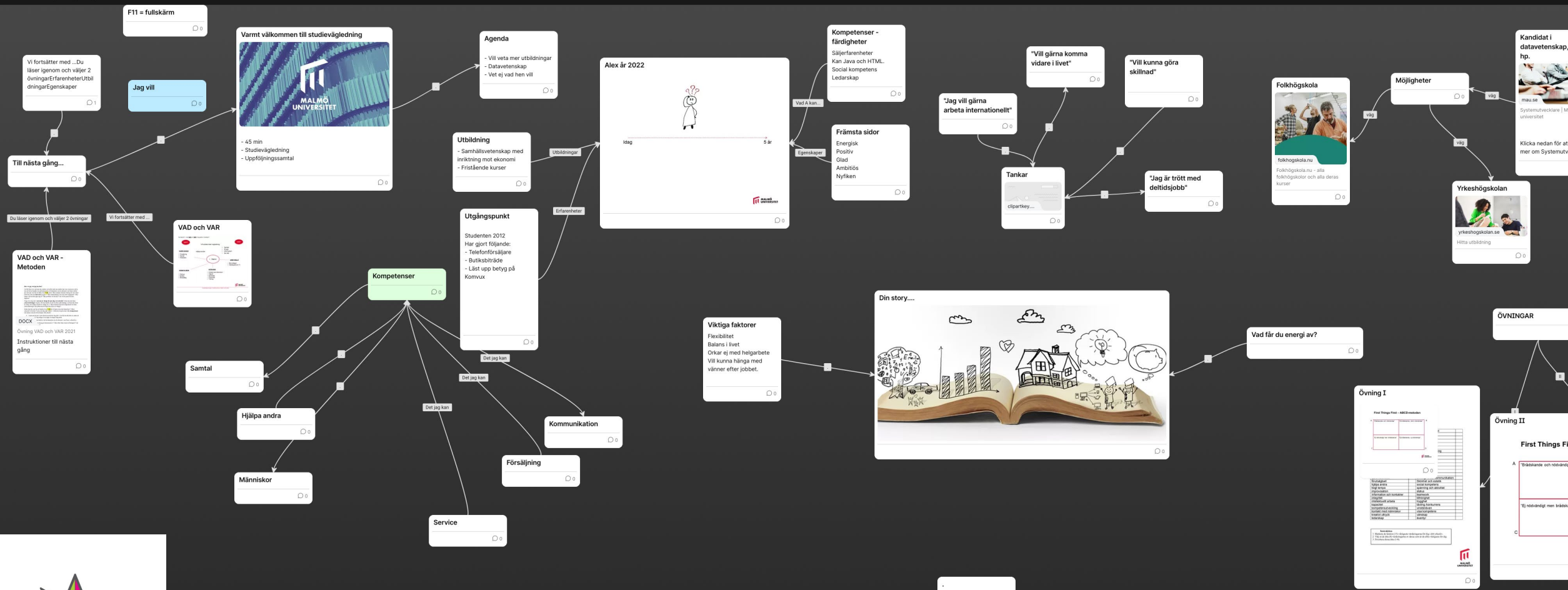


# HOBBIES / PRIVATE STUFF



MÖ  
ERSITET

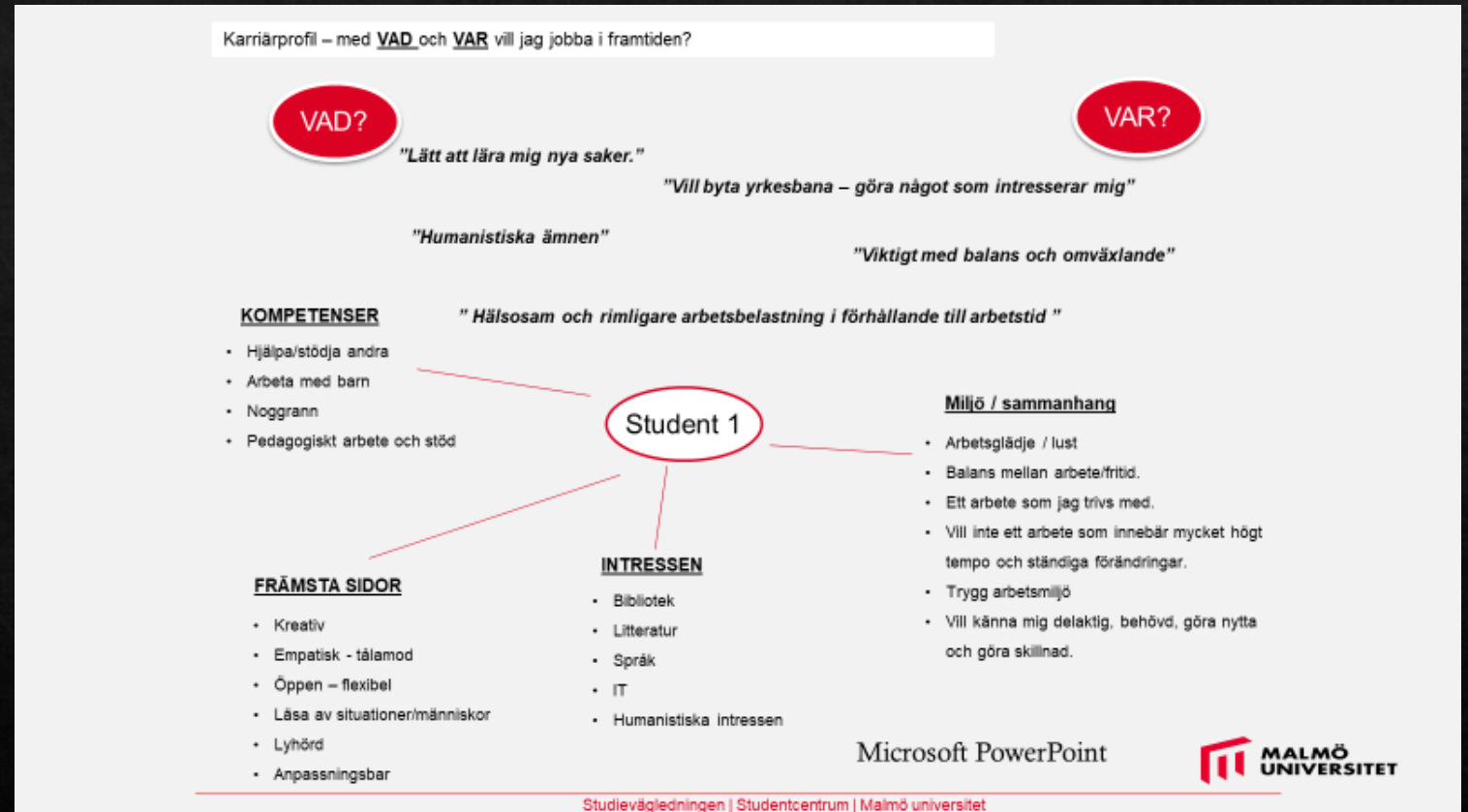




# Min vägledningspraxis

- ◇ Processvägledning
- ◇ Interaktion
- ◇ Visuella verktyg
- ◇ Modeller
- ◇ Teorier
- ◇ Förhållningssätt
- ◇ Whiteboardtavla

Hur gör jag det digitalt?



Det är svårt att få jobb utan erfarenheter

Bättre arbetsvillkor  
Arbetsmiljö  
Balans i arbetslivet  
Utveckling och erkännande

Omvärlden

Värderingar

Vill lära mig mer om:  
- Programmering  
- Kommunikation  
- IT-kunskap

Vill veta mer om  
- Människors beteende  
- Försäljning  
- Marknadsföring  
- IT

Nyfikenhet

Student A

Lärande

Färdigheter

Kunskaper

Utmaningar

Analysera  
Problemlösningsförmåga  
Sociala färdigheter  
Samarbetsförmåga

Att hitta balansen  
Stress

Kandidatexamenn i XXX  
Kurser i ledarskap

# Karriärmål

Källa: Karriärhjulet  
(Amundson)



Illustratör: Jonas Medin

## I vägledningssituationen

## Utanför vägledningssituationen

1

Vad vill du erbjuda?



Dina kompetenser, talanger

2

Var?



Dina intressen och värderingar

3

Skapa bild



Koppla till yrkesroller som matchar

4

Skaffa info



Om HUR jobbet ser ut

5

Analys



Matcha bilden av dig själv mot jobbet

6

Beslut



Ta beslut och skapa handlingsplan



# Olika alternativ



# Strategi för karriärplanering





# Övningar

- **Kompetenser;** i form av utbildning, erfarenhet eller från vardagslivet. Det du kan, vet, har gjort. Bekvämt med och göra.
- **Intressen;** Tycker om, gillar, kan tänka sig att studera eller arbeta med, får energi, motivation. Styrkor och svagheter – det du gillar och inte gillar!
- **Värdering;** det som är viktigt för dig, prioritera, behöver för att fungerar eller få motivation, driver, uppskattar, önskar.
- **Arbetsförhållanden;** Arbetsmiljö, människor och beteenden jag trivs / inte trivs med. Under vilka omständigheter gör du ditt bästa arbete och är som mest effektiv? När blomstrar du som mest?
- **PIE-metoden;** Genom att förstå marknadens behov, förstår du också var och hur dina resurser bäst kan utnyttjas.



LUNDS  
UNIVERSITET

LTH  
LUNDS TEKNISKA  
HÖGSKOLA

Studievägledning: CE

Datum: 230503

[www.lth.se](http://www.lth.se)

I've learned that people will forget what you said,  
people will forget what you did, but people will  
never forget how you made them feel.

MAYA ANGELOU

# SUMMERING

Klipp & skissa



## Microsoft Powerpoint

- Återanvänd bilder
- Anpassa verktygsfältet snabbåtkomst
- Designidéer
- Använda bilder, figurer, former och annat.
- Exportera och spara till PDF eller bilder (png / jpeg)



## Zoom

- Annotate
- Dela skärm (Portion of Screen)
- Reactions: Yes, No, raise hands...
- Whiteboard
- Spara till PDF eller bilder



## Padlet

- Använda mindmap
- Tema: Canvas
- Skapa olika kopplingar.
- Ladda upp material
- Dela Canvas via länk
- Exportera till PDF eller bilder



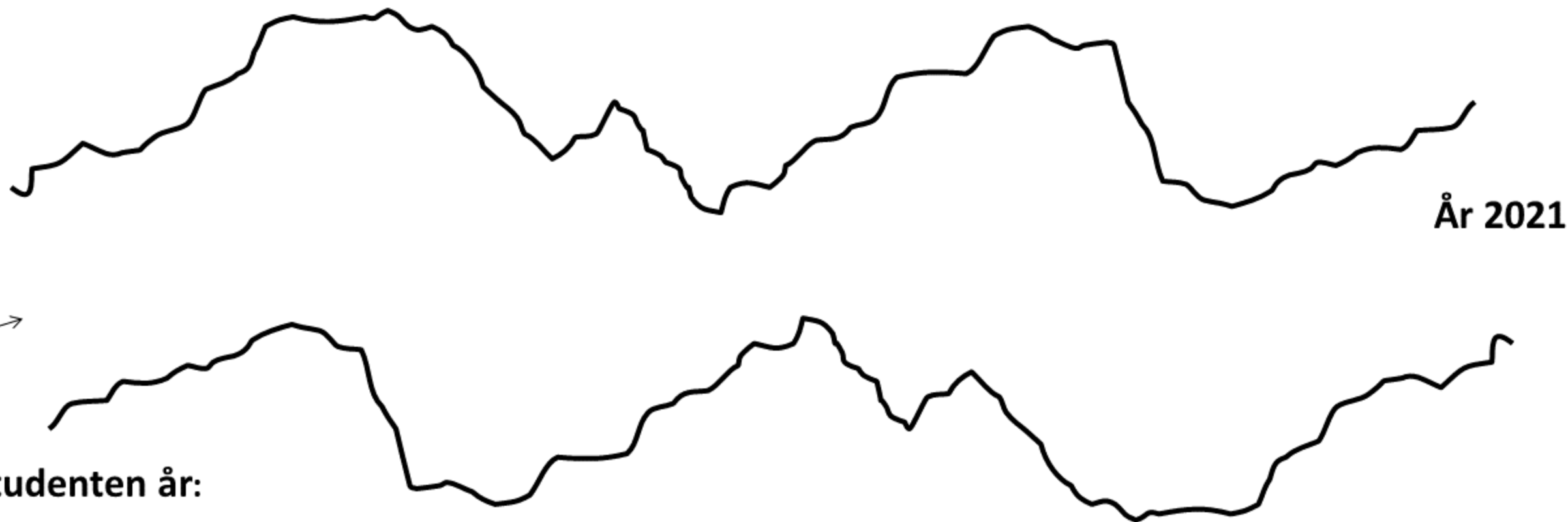
# First Things First – ABCD-metoden

A	"Brådiskande och nödvändigt"	"Ej brådiskande, dock nödvändigt"	B
C	"Ej nödvändigt men brådiskande"	"Ej brådiskande, ej nödvändigt".	D



# Övergång mellan skola och arbete

För in vilka olika sysselsättningsstatus\* du har haft från studenten tills idag  
- Skriv även in viktiga händelser, personer och årtal.



Studenten år:

*\*Med olika sysselsättningsstatus innebär förändringar mellan heltid, deltid, tillfällig arbete, period av utbildning, resor, arbetslöshet, sabbatsår etc.*

# JAG VET PRECIS HUR JAG SKA GÅ TILLVÄGA FÖR ATT FÅ ARBETA MED DET JAG VILL.

**Jo, jag vet precis vilken utbildning jag ska gå**

**Jag tror att jag vet vilken utbildning jag ska gå**

**Jag har inte en aning om vilken utbildning jag ska gå**

**Annat svar..**

## SITUATIONEN NU:

t.ex. Jag studerar inte

---



Fördelar med situationen nu

## FÖRÄNDRAD SITUATION:

t.ex. Jag börjar studera

---



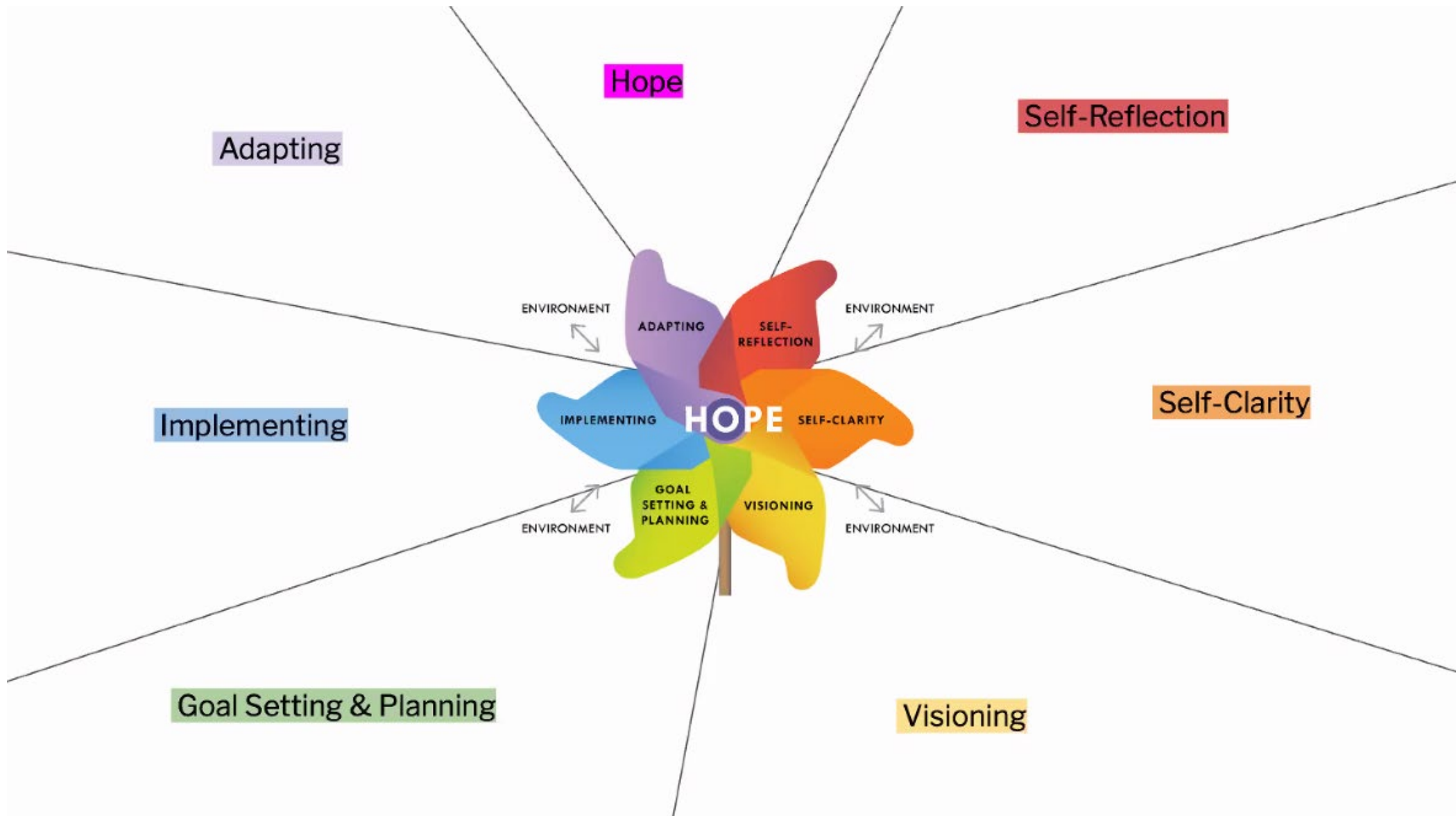
Fördelar med förändring



Nackdelar med situationen nu



Nackdelar med förändring



- 
- Vad behöver jag? (vägledarbehov)
  - Vad behöver den sökande? (Deltagarens behov)
- 

Börja alltid med syftet och inte med verktyget  
- det pedagogiska motivet

---

IKT i vägledning tar tid, inget "quickfix"  
TTT = Teknik, Tar, Tid.

---

Tryggheten hos vägledaren – genom bra utbildning  
och ett kontinuerligt användande

---

Etiska aspekter (Funktionsvariation, GDPR, digital  
etik, lokala policy för IT, avtal, upphovsrätt etc...)

Att komma igång  
med E-vägledning...

# GDPR - principer

- ◇ Anonym information och känsliga personuppgifter.
- ◇ Pseudonymiserade och anonymiserade uppgifter.
- ◇ Ta inte med känsliga uppgifter och behandla bara de uppgifter som är relevanta för ändamålet, samt behandla inte fler uppgifter än nödvändigt.
- ◇ Sätt lösenordsskydd för att skydda PDF-filen eller länken.
- ◇ Eller endast personer med relevant e-post kan få tillgång till materialet (det vill säga att begränsad åtkomst till material, endast inbjudna epost-användare kan få åtkomst).

Några bra källor för att forska vidare:

[Det här gäller enligt dataskyddsförordningen \(GDPR\) | IMY](#)  
[Känsliga personuppgifter | IMY](#)



Take the best, leave the rest  
Don't get stuck in complexity  
Think simple and clearly





**Tack för att du deltog och lyssnade!**

**Frågor och kontakt:**

**[info@digicao.nu](mailto:info@digicao.nu) alt [LinkedIn](#)**

**Material för att ladda ner:**

**[www.digicao.nu](http://www.digicao.nu)**