

# TAL SAMMEN OM STUDIEVALG

*Vælg uddannelse på baggrund af  
din personlighed og dine styrker*

POWERED BY:

**Engineer** the future



**FØR SAMTALEN**

**Hvordan får I den bedste samtale om uddannelsesvalg og karriere?  
Brug indledende lidt tid på at tune jer ind på hinanden.**

- **Er der noget, du har brug for, at jeg (mor/far) gør – eller ikke gør i den her samtale?**

Skal jeg fx. stille mange spørgsmål, komme med mine egne meninger, eller skal jeg netop lade være?

- **Hvor skal vi snakke?**

Skal vi sætte os ved et bord med noget papir, som du kan skrive ned på og fastholde tankerne, skal vi hellere gå en tur med hunden eller sætte os i bilen og køre, mens vi snakker?



**1**

***AT GØRE  
EN FORSKEL***





2

*ENGAGEMENT*

Mange oplever, at tiden flyver afsted, når de er engagerede. Så er vi er fulde af energi og glæder os over at gøre det, vi gør – også når det er svært.

- **Prøv at nævne eksempler på situationer, hvor du er engageret både i skolen og i fritiden. Hvorfor er du engageret netop der?**

Hvilke fag og timer holdt du mest af? Holdt du af dem, fordi du kunne lide undervisningsformen, dine kammerater eller fagets indhold? Hvilke interesser har du holdt fast i – og hvorfor?

- **Hvilke personlige styrker synes du, at du har?**  
Når vi bruger vores personlige styrker, oplever vi ofte meget energi.
- **Lad din mor/far byde ind her: Hvornår oplever hun/han dig særligt engageret?**
- **Kan du nævne nogle jobs eller større emner, som du kan se dig selv engageret i?**



3

*RELATIONER*



**Støtte og gode relationer har stor betydning for vores trivsel, men ikke alle har brug for den samme form for relationer og grader af nærhed.**

- **Hvordan har du det med samarbejde?**

Kan du lide at arbejde meget tæt sammen med andre i grupper eller at arbejde alene? Foretrækker du at mødes rigtigt eller at samarbejde over f.eks. Messenger...?

- **Hvad er vigtigt for dig omkring undervisningsform og det sociale miljø på dit fremtidige uddannelsessted?**

Har du brug for tæt kontakt til dine undervisere? Er du en, der godt kan lide at se mange andre mennesker hver dag? Eller går du helst lidt dine egne veje og fordyber dig bedst i enerum?

- **Lad din mor/far byde ind her - hvordan oplever hun/han dig i relation til andre? Hvordan var det for 5 år siden og for 10 år siden?**

- **Hvilken studieform tror du vil passe dig bedst? Har du allerede nu et billede af, hvordan du kunne tænke dig at arbejde sammen med andre i dit arbejdsliv?**



4

*POSITIVE FØLELSER*





5

*AT LYKKES OG  
KOMME I MÅL*

**Hvad kræver det at lykkes og komme i mål? At lykkes og komme i mål handler om, at have det som det kræver at komme i mål.**

- **Har du allerede nu nogle mål for din egen karriere?**  
Fx. tjene mange penge, blive fagligt skarp inden for et felt eller være til stede i din families liv ved at have meget fritid.
- **Trives du i konkurrenceprægede miljøer eller foretrækker du stabilitet?**  
Nogle uddannelser og jobs kræver, at du i lange perioder siger nej til en masse for at nå dit mål. Kan du klare det, og har du lyst til det? Eller er du mere til stabilt og ikke for stort arbejdspress? I nogle job skal man fx. hele livet kæmpe om at være den dygtigste, det er motiverende for nogle mennesker og en stor belastning for andre.
- **I hvilke sammenhænge tør du sætte dig mål, som du – trods nederlag og modstand – kæmper for at nå?**  
Det kan både være i dit privatliv og i skolen. Hvor har du sat dig noget for, som du er lykkedes med?
- **Lad din mor/far byde ind her: Hvornår har hun/han oplevet, at du har kæmpet særligt for noget?**



**EFTER  
SAMTALEN**

**Nu har I sammen været omkring fem vinkler på uddannelse og karriere, som er vigtige for, at mennesker føler sig godt tilpas.**

**Nu gælder det så om at finde det "sweet spot", hvor studievalget og de fremtidige jobmuligheder i så høj grad som muligt matcher.**

**Hvis studievalget står lysende klart og virker helt rigtigt – så tillykke. Langt det fleste af os skal lige teste ideer og tanker lidt mere af, før vi sætter fingeren på den uddannelse, det så skal være.**

### **Derfor:**

Med de tanker samtalen har sat i gang, hvilke konkrete tiltag gør I nu? Skal der undersøges mere om et par mulige uddannelser? Er der gennem samtalen kommet en idé om en uddannelse i udlandet, der skal følges eller noget tredje?

### **En rigtig god idé for afslutningen af en samtale er:**

1. At lave en aftale om, hvad de næste skridt er.
2. At beslutte, hvornår I sætter jer ned igen og tager en ny samtale om studievalg.

**Godt studievalg fra Engineer the Future**







**95% af forældre oplever at have talt med deres unge om studievalg. Kun halvdelen af de unge er enige i det.**

Kilde: Uddannelses- og forskningsministeriet - er unge og forældre klædt på til studievalget?



**Denne samtaleguide er udviklet i et samarbejde med:**  
Henrik Leslye, Erhvervspsykolog  
Daisy Løvendahl, Personlig rådgiver og forfatter  
Jan Svendsen, Afdelingsleder Studievalg København

**POWERED BY:**

**Engineer the future**