

MAJ 2023



TRIVSEL OG KARRIERE I SAMMENHÆNG

AFGANGSPROJEKT DUEK

MARIA SOLHØJ MADSEN
STUDIE- OG KARRIEREVEJLEDER
Aarhus Universitet

Indhold

Resume	2
Indledning.....	2
Kontekst	3
Problemformulering	3
Opgavens opbygning.....	4
Hvad er trivsel?	4
Self Determination Theory	4
Hvad er karriere?	6
Karriereforståelse i europæisk kontekst	6
Karrierelæring og Krumboltz	7
Karriereworkshoppen	8
Empiriindsamling og karriereworkshop som en proces	9
Metode.....	10
Hvad siger de studerende? - en analyse	14
Diskussion	21
Konklusion	25
Litteraturliste	27
Bilag 1 - Spørgeskema uden besvarelser (udsendt som Survey 1 og 2)	29
Bilag 2 – Resultaterne af de studerendes besvarelse af Survey 1 og Survey 2	35
Bilag 3 – Fokusgruppeinterview, 24. marts	37
Bilag 4 – Procesdesign	49
Bilag 5 – Slides fra workshoppen	55
Bilag 6 – Logbog over workshop	64
Bilag 7 – Interviewguide	68

Resume

Er der en sammenhæng mellem *trivsel* og *karriere* blandt studerende på Arts, Aarhus Universitet? På Arts varetages trivselsområdet primært af Studievejledningen, mens Arts Karriere tager sig af karriereområdet. Det bliver her interessant at se om der er en sammenhæng, selvom de to teams arbejder adskilt. Som en del af undersøgelsen vil en gruppe studerende deltage i en karriereworkshop, som har Planned Happenstance teorien som omdrejningspunkt. Hermed bliver det både muligt at undersøge trivsel- og karriereoplevelser hos de studerende, men også hvordan en karriereworkshop bidrager i den sammenhæng. De studerendes oplevelser undersøges både gennem to surveys og et semistruktureret fokusgruppeinterview. Gennem fund i empiri og teori bliver det tydeligt, at karriere og trivsel påvirker hinanden, afhængigt af øjnene der ser.

Indledning

Undersøgelser af unges sundhed og trivsel fylder meget i den offentlige debat. Et eksempel på det er Den nationale sundhedsprofil, hvor 180.000 danskere i 2021 svarede på spørgsmål om, hvordan de har det (Sundhedsstyrelsen). Undersøgelsen viste, at danskernes mentale sundhed er faldet markant, særligt blandt yngre kvinder i alderen 16 - 24 år (Lessel og Løntoft, 2022). En tendens, som har gjort sig gældende i en årrække (Sundhedsstyrelsen, 30). Samme billede får vi, når vi dykker ned i Studiemiljøundersøgelserne på Aarhus Universitet, hvor jeg arbejder. Selvom der er indikatorer, der taler for, at mange studerende trives på deres studie, er der også 20%, der i 2020 ([Aarhus Universitet](#), u.å.) giver udtryk for, at de konstant føler sig stressede på deres studie. Dette set i forhold til 11% i 2011, 17% i 2014 og 20% i 2017 (Aarhus Universitet, 2017). Den mentale sundhed synes altså at være udfordret hos en stadig større procentdel af de studerende på Aarhus Universitet og blandt unge generelt. Der kan være mange årsager til, at det forholder sig sådan. Professor emeritus og forsker indenfor børne- og familieområdet, Per Schultz Jørgensen, argumenterer i et debatindlæg for, at konkurrencestatens dynamikker kan bære noget af skylden for den stress og mistrivsel, der ses hos stadig flere unge (Schultz Jørgensen, 2014). Professor Ove K. Pedersen beskriver konkurrencestaten som anderledes end velfærdsstaten bl.a. ved, at staten søger at mobilisere befolkningen til at deltage i den globale konkurrence, i stedet for at kompensere og beskytte befolkningen, som målet var i velfærdsstaten (Pedersen, 2014, 12). Hermed bliver der stor forventning til den enkeltes udvikling.

I denne opgave, kommer jeg til at se nærmere på trivsel og karriere. To store begreber, som opererer i spændet mellem mental sundhed og konkurrencestatens præmisser, og som har indflydelse på studerendes væren og virke.

Nærværende opgave er et resultat af tanker og orienteringer affødt af tidligere moduler under diplomuddannelse i uddannelses-, erhvervs- og karrierevejledning, samt diplomuddannelse i ledelse. Opgaven kan ses som en syntese og udbygning af elementer fra nedenstående moduler: “Vejledning og vejleder” (2018), “Karrierelæring” (2022) og “Den professionelle proceskonsulent” (2019). Derudover har jeg fået realkompetencevurdering for, “Vejledning og samfund” og “Vejledning og individ”.

Kontekst

Jeg arbejder som Studievejleder og Karrierekonsulent på Arts, Aarhus Universitet, hvor der går cirka 9000 studerende (Arts). Studie- og karrierevejledningen varetages af to teams. Studievejledningen af teamet VEST, Vejledning- og studieinformation, der primært står for at vejlede og informere studerende om rammer og frister, og giver sparring ift. studielivet. Karrierevejledningen af teamet, Arts Karriere, der arbejder for at øge studerendes karrierekompetence, gennem kompetence- og arbejdsmarkedskendskab, og konkrete værktøjer. Jeg er ansat 80% af min arbejdstid i Studievejledningen og 20% af min arbejdstid i Arts Karriere, hvilket har motiveret mig til at se på nogle af de to teams kerneopgaver - trivsel og karriere - i relation til hinanden. Forud for empiriindsamlingen har jeg interviewet en kollega i hvert team, som har givet input til tematikken: trivsel i relation til karriere (Studievejleder, lydfil 1), og karriere i relation til trivsel (Karrierekonsulent, lydfil 2). Formålet med interviewsene har været at kvalificere opgaven ift. de to teams, jeg er en del af. Den primære empiri, som opgaven trækker på, er indsamlet blandt en gruppe studerende, som jeg vil præsentere under afsnittet “Metode”.

Problemformulering

Er der en sammenhæng mellem trivsel og karriere blandt en gruppe studerende på Arts? Hvordan kan en karrierelæringsindsats påvirke trivsel og karriere for de studerende? Hvilke opmærksomhedspunkter er der for studie- og karrierevejledningen i relation hertil?

Opgavens opbygning

Jeg starter med at redegøre for, hvordan vi kan forstå trivsel og karriere i relation til studie- og karrierevejledningen på Arts. Dernæst vil jeg redegøre for Krumboltz teori om Planned Happenstance, som er afsættet for den workshop, som bliver omdrejningspunktet for min empiriindsamling. Inden vi når analysen vil jeg udfolde mit metodiske afsæt for empiriindsamlingen. I analysen trækker jeg både på empiri fra surveys og fokusgruppeinterview, med bidrag fra teorien. Herefter følger en diskussion og konklusion, som kan udvides videre ved den mundtlige eksamen. God fornøjelse!

Hvad er trivsel?

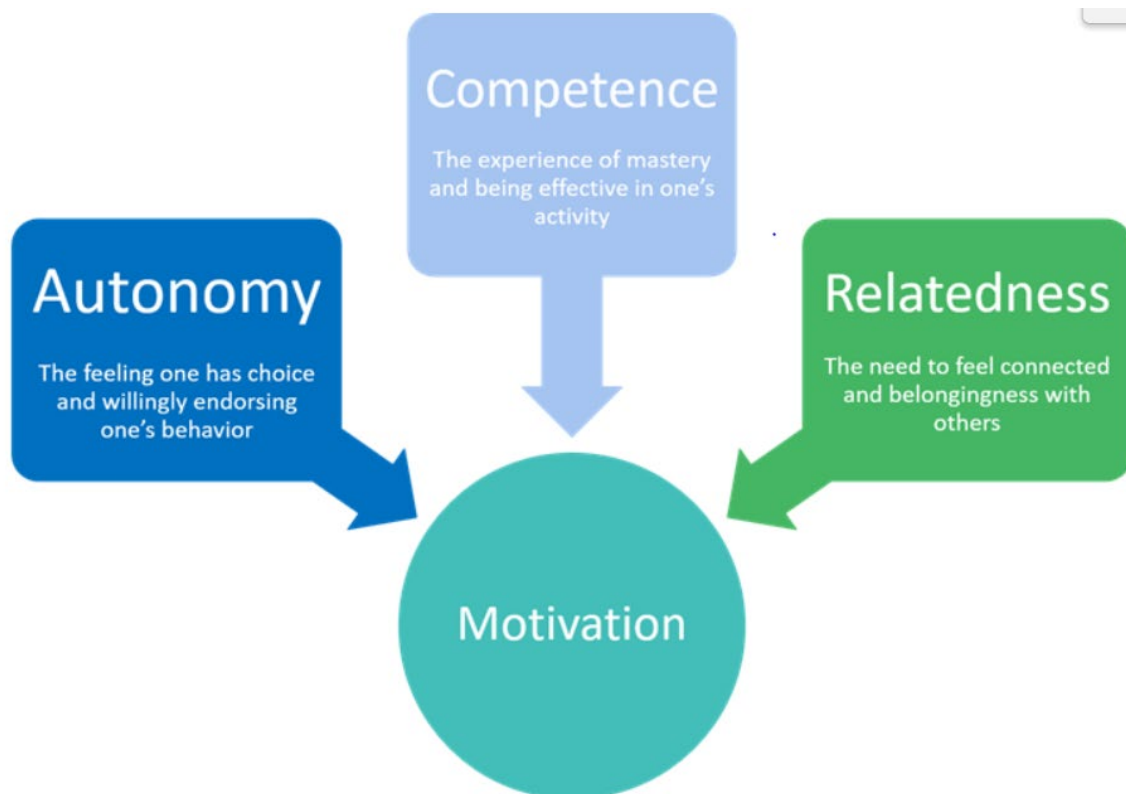
Spørger vi ind til ordets betydning, handler trivsel om at trives - at være i god fysisk stand, føle sig godt til rette og være i god udvikling (DDO, trivsel). Trivselsbegrebet kan give mangeartede associationer, og bliver derfor relevant at indkredse i relation til Arts og studerende. Som min kollega fortæller: *“Det er meget bredt og kontekstafhængigt, når vi snakker trivsel her på Arts. Men når vi taler trivsel generelt, så handler det om, at de studerende skal have det godt. Hvad betyder det? Er det gode rammer for uddannelse? Er det mentalt, at de har det godt? Eller er det, at de får rette studieinformation?”* (Studievejleder, Lydfil 1, 0:55).

Selvom konteksten reduceres, kan trivsel fortsat være svær at få greb om, fordi der arbejdes med det på mange måder på fakultetet og i Studievejledningen. De indsatser Studievejledningen laver med kommunikation af rammer og frister, vejledning ift. studieforløb og initiativer, der støtter fællesskabet, har fat i trivslen fra hvert deres ståsted. Dog har Arts, i samarbejde med øvrige fakulteter på AU, et afsæt, hvor man trækker på *Self Determination Theory* (Studievejleder, Lydfil 1, 1:30).

Self Determination Theory

De to amerikanske psykologiprofessorer, Richard Ryan og Edward Deci, udgiver i 2000 en artikel om Self-Determination Theory (SDT) med fokus på motivation, social udvikling og trivsel. Teorien tager afsæt i empiriske studier og forklarer: *“The findings have led to the postulate of three innate psychological needs - competence, autonomy and relatedness - which when satisfied yield enhanced self-motivation and mental health and when thwarted*

lead to diminished motivation and well-being” (Deci, Ryan, 2000, 68). Fokus er her på den indre motivation, som hænger tæt sammen med mental sundhed. Som de forklarer: “*Perhaps no single phenomenon reflects the positive potential of human nature as much as intrinsic motivation..*” (ibid., 70). Den indre motivation har betydning for vores vilje til at undersøge nye områder, indgå i nye udfordringer og dermed lære og udvikle os (ibid., 70). Med kompetencer forstås oplevelsen af at være i stand til at møde de udfordringer, der gør sig gældende for den givne kontekst. Med autonomi forstås oplevelsen af at have indflydelse på sin kontekst, f.eks. at man selv har valgt det studie man går på (Niemi, Ryan, 2009, 135). Med tilhørsforhold forstås den enkeltes ønske om at være en del af fællesskabet, og oplevelse af at være det, også kendt som *sense of belonging*. Her er følelsen af at være set, værdsat og respekteret af en eller flere i fællesskabet essentiel (ibid., 139).



Figur: University of Rochester, 2023

SDT argumenterer altså for, at hvis individet har en oplevelse af kompetence, autonomi og tilhørsforhold, vil det i højere grad være motiveret for at deltage i konteksten, og også trives og performe bedre end hvis det modsatte var tilfældet (Deci, Ryan, 2000, 76).

Trivsel har mange mulige betydninger. På Arts arbejder man bl.a. med det gennem SDT, med fokus på den studerendes oplevelse af at være kompetent, have autonomi og høre til. Et afsæt der har den studerendes indre motivation som omdrejningspunkt for trivsel.

Hvad er karriere?

DDO's definition af *karriere* henviser til en løbebane i sin oprindelse. Siden er flere betydninger kommet til, så også erhvervsmæssig levevej og det at sætte sit arbejde højere end ens sociale liv, er at finde i definitionsrækken (DDO, karriere). Når min kollega i karrierecenteret skal forklare begrebet udvider hun det: "*I vores perspektiv læner vi os op ad den forståelse, som er defineret i europæisk kontekst, som handler om, at karriere er det der foregår mellem uddannelse, arbejde, værdier, fritid, interesse, muligheder (...) Det er for at give de studerende et andet billede af karriere end den karrierestige, som er i de flestes tanker, når vi taler om karriere*" (Karrierekonsulent, Lydfil 2, 3:50).

Karriereforståelse i europæisk kontekst

European Lifelong Guidance Policy Network (ELGPN) udgav i 2011 en rapport, hvor fokus er på, hvordan man bedriver vejledning i samfund, hvor man kan udvikle sig gennem læring, uddannelse og skiftende karriereveje, livet igennem (ELGPN, 2011, 7). Her opfordrer de bl.a. til, at samfundets borgere skal udvikle *career management skills* (CMS), som betyder, at den enkelte tilegner sig metoder til at analysere, syntetisere og organisere viden om sig selv, uddannelse og arbejdsliv - og træffe beslutninger og foretage overgange i relation dertil (ibid., 21). CMS er udfoldet yderligere i en nordisk kontekst, hvor professor Rie Thomsen beskriver karriere som "*...det faktum, at mennesker lever deres liv på tværs af kontekster og livssammenhænge, fx uddannelse, arbejde, fritid og familie. Disse kontekster skaber en kompleksitet, som kræver daglig håndtering for at blive meningsfuld for den enkelte. Dette kaldes karriere, og i den forståelse er karriere noget, alle mennesker har*" (Thomsen, 2014, 7). Hvor ELGPN beskriver, hvordan man som vejleder kan støtte borgerne i at håndtere deres karriere gennem CMS, udfolder Rie Thomsen karrierebegrebet til at favne alle borgere. Hermed har hun et bredere afsæt end de definitioner, der eksempelvis fremgår af ordbogen eller som karrierekonsulenten møder hos de studerende, når *karriere* forstås som værende for dem, der vil bevæge sig "op ad stien".

Når ELGPN taler om CMS, har vi at gøre med en kompetence, som kan tillæres. Det læringsorienterede fokus bliver også tydeligt hos Thomsen, som beskriver, at "*den læring, der går forud for udviklingen af disse færdigheder [CMS], omtales som karrierelæring*"

(Thomsen, 2014, 4). Et afsæt som hun allerede ser hos praktikere, akademikere og policymakers (ibid.), og som dermed også kan være med til at forklare, hvorfor det er den forståelse karrierekonsulenten henviser til.

Når vi skal forstå karriere, skal vi rumme det brede spektrum, der er fra den almindelige hverdagsforståelse og over til professionelle og teoretiske fremstillinger. Men i en vejledningssammenhæng i Norden, kan man se karriere tæt forbundet med karrierelæring, som det vejlederen kan være med til at fremme hos den enkelte gennem sine indsatser. Her bliver det relevant at overveje, hvordan vi kan stimulere den læring hos den enkelte. En af de teoretikere, der kan bidrage i den sammenhæng, er John D. Krumboltz, som inspirerer til den karriereworkshop, jeg tilbyder de studerende.

Karrierelæring og Krumboltz

Professor John D. Krumboltz formulerer i 1990'erne sin teori om *Planned Happenstance*, bl.a. som en reaktion på det fokus der er på, at den enkelte skal sætte mål for en fremtid, som ingen kender til, og hvor uplanlagte begivenheder ikke inddrages, selvom det for mange er lige præcis tilfældighederne, som afgør deres karriereveje (Højdal&Poulsen, 2012, 102).

Krumboltz ønsker at udfordre fokus på *match*, som har været stærk i karrierevejledningssammenhænge siden Frank Parson begyndte sit arbejde med karrierevejledning, som en af de første, i forlængelse af industrialiseringen (Krumboltz, Levin, Mitchell, 1999, 116). Med teorien ønsker Krumboltz at udvide karrierevejledningen til at inddrage de chancer og muligheder, der opstår undervejs, og dermed imødekomme den foranderlighed, som også er en del af det moderne arbejdsmarked, "*Planned happenstance theory is a conceptual framework extending career counselling to include the creating and transforming of unplanned events into opportunities for learning*" (ibid., 117).

Læringsperspektivet træder frem i citatet her, og bekræfter, at læring er en del af målet med vejledningen, mere end at nå frem til den rigtige eller forkerte beslutning, eller en særlig diagnose (Højdal&Poulsen, 2012, 17). Ifølge Krumboltz "*...should career counselors conceive themselves as educators - facilitators of the learning process*" (Krumboltz, Levin og Mitchell, 1999, 119).

Med læring som omdrejningspunkt forholder Krumboltz sig også til de erfaringer vi har med retrospektivt, og som vil have indflydelse på de antagelser og generaliseringer vi gør os, som

igen har indflydelse på valg og handlinger. I hans teori er individuelle faktorer (genetik, evner og personlighed), miljømæssige faktorer (de tilgængelige læringsarenaer begrænset af miljøets rammer), tidligere læringserfaringer (det man har erfaret gennem sit liv) og problemløsningsfærdigheder (tilgang til at løse udfordringer) i spil (Højdal&Poulsen, 2012, 105ff). Her bliver det karrierevejlederens opgave at gå procesorienteret til værks, og stimulere vejledte til *“at arbejde med forandring, læring og udvikling af nye færdigheder, værdier, overbevisninger, interesser og arbejdsvaner - altsammen med det overordnede formål at bidrage til skabelsen af et mere tilfredsstillende liv”* (ibid., 122).

Krumboltz teori er en social læringsteori, der bl.a. er inspireret af Albert Banduras teorier om erfaringsbaseret læring og personlighedens dannelse. Her er udgangspunktet, at den enkelte tror og tænker om sig selv er tillært gennem social læring og erfaringer, i samspil med omgivelserne (Højdal&Poulsen, 2012, 103). Bandura arbejder med begrebet *self-efficacy*, som defineres *“individets tro på egne evner til at organisere og igangsætte handlinger, der er nødvendige for at opnå noget bestemt”* (ibid., 103). Her kan self-efficacy udvikles i forlængelse af de erfaringer og fortolkninger den enkelte gør sig, og som har indflydelse på valg, udholdenhed, modstandsdygtighed og trivsel (ibid.). Vi genkender Banduras afsæt i Krumboltz's beskrivelse af erfaringernes betydning for antagelser og generaliseringer, som beskrevet i afsnittet ovenfor. Men også i Planned Happenstance teoriens omdrejningspunkt, hvor den enkelte skal gøre sig nye erfaringer i samspil med omgivelserne, som afsæt for at lære og udvikle sin karrierevej.

Karriereworkshopp

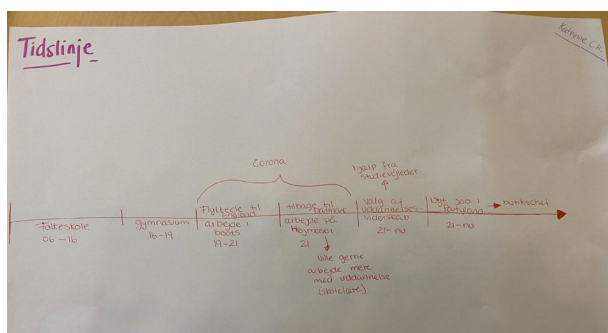
Målet med karriereworkshopp var udvide de studerendes syn på karriere- og arbejdsliv i et fællesskab. Her tager jeg afsæt i Krumboltz teori og metode (se slidedeck, bilag 5). Som det fremgår af slidet præsenterede jeg Krumboltz fem kompetencer, som han mener har betydning for at kunne genkende, skabe og bruge chancer som karrieremuligheder (Krumboltz, Lenin og Mitchell, 1999, 118).

Relevante kompetencer

1. **Nysgerrighed:** udforske nye læringsmuligheder
2. **Udholdenhed:** gøre en indsats på trods af nederlag/tilbageslag
3. **Fleksibilitet:** åbenhed overfor nye holdninger og muligheder
4. **Optimisme:** se på nye muligheder som mulige og opnåelige
5. **Risikovillighed:** tage chancer på trods af usikre udfald

(Krumboltz, 1999)

Derudover fik de studerende en øvelse, hvor de skulle lave en tidslinje over deres karriere indtil nu, og hvor de kunne se, at tilfældighederne havde været i spil. En øvelse Krumboltz anbefaler til at få øje på, hvordan tilfældigheder er i spil hos os allesammen (ibid, 121).



En studerendes tidslinje (Bilag 6)

De studerende fik mulighed for at definere deres interesseområder og undersøge dem, og altså øve sig i - både individuelt og i fællesskab - at udvide deres interesseområder.

Krumboltz anbefaler netop, at man lader de studerendes interesser og nysgerrighed være i spil, så de studerende bliver mere opmærksomme på de chancer og muligheder de har fået og der kan opstå (ibid., 120). I bilag 6 fremgår en logbog over workshoppen.

Empiriindsamling og karriereworkshop som en proces

Som Krumboltz forklarer, må vejlederen fungere som en facilitator, der arbejder for at stimulere de studerendes læring og udvikling. I den forbindelse kan jeg trække på min proceslederuddannelse, hvor proceslederen har til formål at hjælpe deltagerne fra A til B (Høier, Hersted, Laustsen, 2011, 20). Her bliver det relevant at overveje om jeg indtager en ekspertposition eller systemisk position i forhold til de studerende. I ekspertpositionen vil man komme med konkrete svar, og skal lede deltagerne mod et bestemt mål. I den systemiske

position er opgaven snarere at få deltagerne til at se nye perspektiver og handlemuligheder i forhold til en aktuell udfordring (ibid., 21). Som det fremgår af mit Procesdesign (Bilag 4), underviser jeg i workshoppen i Krumboltz og Planned Happenstance. Her har jeg udvalgt et ståsted de studerende skal se fra, og jeg fungerer som ekspert i forhold til at formidle det ståsted. Som det også fremgår af procesdesignet, har jeg formuleret et formål med karriereindsatsen, som handler om at *“udvide de studerendes perspektiver for karriere- og arbejdsliv med afsæt i Krumboltz teorier”*. Hermed er det ikke forudbestemt, hvad de studerende skal få med fra workshoppen - det er noget de selv skal finde ud af gennem de øvelser og spørgsmål, der er på workshoppen. Fra et systemisk perspektiv bliver det relevant at overveje, hvordan jeg indretter workshoppen, så kommunikationen undervejs bliver aktuell at koble sig på for de studerende. Her med en forståelse af hver deltager som et lukket system, der skal koble sig på de andres forståelser og sammenhænge gennem kommunikation (ibid., 315). Som en del af de overvejelser gjorde jeg meget ud af at skabe et rum, hvor man følte sig velkommen. Det gjorde jeg f.eks. med navneskilte og croissanter. Men indledte også med meget åbne spørgsmål, som var mulige at koble sig på for deltagerne. Indretningen af workshoppen bar også et etisk anliggende, hvor jeg både måtte være tydelig om, hvor jeg gerne ville have de studerende hen. Men også tog afsæt i der, hvor de studerende var, i Kierkegaardsk forstand, hvor det er væsentligt at starte med at møde mennesket hvor det er (KU, u.å.).

Metode

Informanter, repræsentativitet, biases og forløb for empiriindsamling

Med ønsket om at få fat i de studerendes oplevelser af trivsel og karriere, har jeg udvalgt en gruppe studerende, som jeg tror kan bidrage til emnet. De studerende er udvalgt, fordi jeg tidligere har erfaret, at de er optagede af - og til tider frustrerede over - karriererelaterede emner, selvom de står langt fra at færdiggøre deres uddannelse. Det, at de er langt fra at færdiggøre deres studier, giver god mulighed for at inspirere dem til at følge principperne i Planned Happenstance.

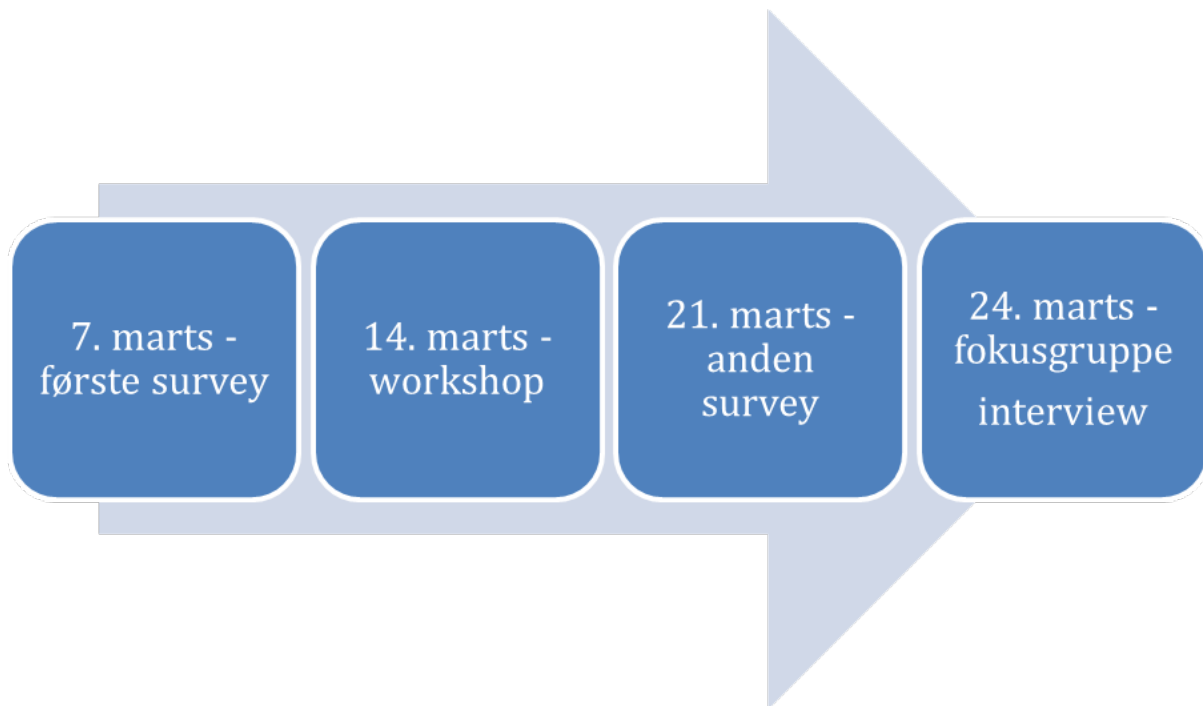
De studerende går på 4. semester på bacheloruddannelsen i Uddannelsesvidenskab. Som en del af uddannelsen, beskæftiger de studerende sig med emner som uddannelse, udvikling og læring, og har dermed, gennem deres studievalg, allerede vist en interesse for området. Derfor giver det mening at overveje repræsentativiteten i forhold til øvrige studerende på

Arts, hvor deltagelsen måske havde været anderledes, hvis de havde studeret Japanstudier eller Digital Design. Her kan man forestille sig at motivation for og viden om området kan være en anden hos de andre faggrupper. Dog har de studerende også overlap ved at være en del af studiekulturen anno 2023, og have valgt en uddannelse uden et prædefineret job. Min adgang til informanterne blev skabt gennem en invitation til et studievejledningsarrangement i februar 2023, hvor jeg forklarede om mit projekt og tilbød de studerende at deltage som informanter, dels ved at besvare surveys, dels ved at deltage på workshoppen, og for nogle bidrage ved et fokusgruppeinterview.

Ud af de 36 studerende, der deltog ved studievejledningsarrangementet, skrev 18 sig op til at deltage som informanter. Her er endnu en bias for undersøgelsen, fordi man kan forestille sig, at de der melder sig frivilligt til aktiviteter, ofte vil være studerende med overskud, som måske trives relativt godt på deres studie. Den antagelse bekræftes i surveyen, hvor 88% (Survey 1, 1) og 92% (Survey 2, 1) svarer, at de føler sig kompetente til at håndtere deres studie. Det kan være en højere procentdel end hos den gennemsnitlige artsstuderende.

De studerende blev bedt om at udfylde den samme survey to gange. Den første en uge før workshoppen. Den anden en uge efter. Intentionen var at undersøge om deres svar ville udvikle sig i forlængelse af workshoppen, hvilket kan være med til at give en indikator på deres læringsudbytte. Den første survey blev besvaret af 16 studerende. Den anden af 12 (enkelte spørgsmål 13) studerende. Hermed kan vi ikke være 100% sikre på data ved sammenligning, da det med så få antal respondenter i surveyen har en relativ stor betydning, at der mangler besvarelser fra 18-25% af de studerende i Survey 2. Dog kan de 75-82% af deltagerne, som har svaret på begge surveys give os indikationer, som vil blive udfoldet i analysen.

Figuren viser de dataindsamlingsaktiviteter, som de studerende har indvilliget i at bidrage til.



Metodisk og videnskabsteoretisk afsæt

Med et ønske om at belyse de studerendes oplevelser fra forskellige vinkler, har jeg valgt at bygge empiriindsamlingen op omkring mixed methods, hvor både det kvalitative og kvantitative er i spil. Hermed bevæger jeg mig ind på et tredje paradigme indenfor undersøgelsesdesign, som ønsker at lade det kvalitative og kvantitative berige hinanden - og hermed opnå mere balancerede resultater (Johnsen, Onwuegbuzie, Turner, 2007, 129). Den kvantitative tilgang har både den fordel, at den giver mulighed for, at flere personer kan bidrage til undersøgelsen, og de kan gøre det anonymt. Derudover er der et potentiale i, at den studerendes refleksioner påbegyndes inden workshoppen, og udvides til efterfølgende, når de konfronteres med spørgeskemaet. På den måde er karrierelæringsindsatsen understøttet som en proces over et par uger, og ikke kun ved selve workshoppen.

Den kvantitative tilgang hviler på en positivistisk tilgang til indsamling af viden, som noget der kan måles (Brinkmann&Kvale, 2008, 74). I nærværende undersøgelse er det dog værd at bemærke, at selvom den positivistiske tilgang giver mulighed for at spørge flere, er undersøgelsen ikke repræsentativ ift. studentermassen på Arts. Det er der for få respondenter til. Derimod kan den bidrage til at berige den kvalitative dataindsamling med flere perspektiver. Det kvalitative del af empiriindsamlingen vil dels bero sig på de observationer jeg gør mig under karrierelæringsindsatsen (Bilag 6), og dels gennem det

fokusgruppeinterview, som 5 studerende deltager i efterfølgende. I den kvalitative del tager jeg afsæt i en fænomenologisk tilgang, hvor intentionen er at forstå sociale fænomener med afsæt i informanternes beskrivelse og oplevelse af deres livsverden (Brinkmann, Kvale, 2008, 44ff). Her erstattes spørgeskemaet med det semistrukturerede interview, hvor jeg som undersøger bevæger mig mellem den hverdagslige samtale og det lukkede spørgeskema (ibid.). Hermed kan interviewet udvikle sig i forlængelse af de input informanten kommer med, dog med besvarelse af problemformuleringen for øje.

Survey

Spørgsmålene i surveyen er bygget op om afsættet fra Self Determination Theory. De første 8 spørgsmål relaterer sig til trivsel i relation til deres studieliv: nr. 1 og 2 ift. oplevelsen af at være kompetent, nr. 3-5 ift. oplevelsen af autonomi og nr. 6-8 ift. oplevelsen af at høre til. Spørgsmål 9 anløber emnet karriere ved at spørge “*Gør du dig overvejelser om dit arbejdsliv efter endt uddannelse?*”. Herefter følger spørgsmål 9 spørgsmål i relation til karriere: nr. 10-12 ift. oplevelsen af kompetencer i relation til arbejdsmarkedet, nr. 13-15 ift. oplevelsen af autonomi i relation til karriererelaterede emner, nr. 16 - 17 ift. oplevelsen af at høre til et fællesskab på studiet, der forholder sig til karriererelaterede emner (Bilag 1).

Fokusgruppeinterview og analysemetode

Inden workshopen udtrak jeg fem navne tilfældigt, som jeg inviterede til fokusgruppeinterviewet. Interviewet varede én time, med fokus på deres oplevelse af, hvad der skaber trivsel, hvordan karriere er i spil og deres udbytte af workshopen. Interviewguiden (bilag 7) var bygget op omkring problemformuleringen, og var det afsæt jeg spurgte ud fra. Jeg transskriberede interviewet efterfølgende (Bilag 3), med hjælp fra en kollega, med det formål at kunne trække relevante tematikker ud fra interviewet/teksten. Analysemetoden bliver hermed at meningskondensere informanternes fortællinger til tematikker i den samlede tekst (Brinkmann&Kvale, 2008, 228). Tilgangen trækker på den hermeneutiske forståelsesramme, hvor del (fremanalyseret tematik) og helhed (det fulde interview) kontinuerligt fortolkes i relation til hinanden (ibid., 233). Her bliver målet at nå frem til de tematikker, som beskriver de stærkest italesatte oplevelser i interviewet.

Hvad siger de studerende? - en analyse

Mit afsæt i opgaven er at undersøge om der er en sammenhæng mellem karriere og trivsel blandt en gruppe studerende, og hvordan en workshop kan spille ind på det. Da det også er afsættet i min interviewguide, kommer analysen her naturligt til at berøre tematikkerne, trivsel, karriere, de to i forhold til hinanden og de studerendes udbytte af workshoppen. Under de tematikker kommer forskellige oplevelser frem, som ikke blev direkte initieret i interviewguiden. Gennem analysen vil jeg veksle mellem input fra fokusgruppeinterviewet og surveys. I analysen vil data fra survey indgå som Survey 1 (fra 7. Marts) og Survey 2 (fra 21 marts), hvor besvarelsen kan ses i bilag 2.

Trivsel

Det første de studerende svarer, da de bliver spurgt ind til, hvad der har indflydelse på deres trivsel er; *“studiegruppen som et fast holdepunkt”, “Det der med en fast studiegruppe - det gør meget”, “Jeg blev overrasket over, hvor meget det egentlig betød, at man har en studiegruppe”* (Bilag 3, 1). Det sociale tilhørsforhold har altså stor betydning. Og her bliver de mindre grupper på årgangen vigtige, måske fordi holdet er forholdsvist stort (66 studerende), og man derfor ikke kan have en tæt relation til alle. I surveyen svarer 69% (Survey 1, 6) og 77% (Survey 2, 6), at de i høj grad har en oplevelse af at være forpligtet overfor et fællesskab, hvormed det ser ud til, at størstedelen af dem der deltog på workshoppen har en social tilknytning til studiet. **Tilhørsforholdet** begrænser sig dog ikke til de sociale relationer. Som en studerende forklarer: *“...sådan det generelt at være oppe på UNI, at man føler, at man hører til, at man sådan... Det er klart kommet i løbet af de sidste to semestre. At nu kender man det hele, og man føler, at det er ens eget”* (Bilag 3, 2). Det at kende stedet bidrager også til følelsen af at høre til.

Når de studerende videre skal forklare, hvad der bidrager til deres trivsel, italesætter de den faglige trivsel: *“Jeg tror også, at altså, ved trivsel er der også en faglig trivsel. Det der med, at der kan være perioder, hvor man ikke føler, at man kan følge med. Og så er der andre, hvor man føler, at der kan man godt følge med. Så det har også stor påvirkning på, hvordan man går og har det”* (Bilag 3, 2). Oplevelsen af at mestre sit studie - **at være kompetent** til det - har altså også indflydelse på, hvordan man trives.

Autonomien og mulighed for indflydelse italesættes også ved: *“Jeg tror også det [faglig trivsel] handler om de forskellige emner. Om der er noget man synes er mere interessant end andet”,* og videre fra en anden studerende, *“Det [følge interesse] har jeg givet mig selv mere plads til på de senere semestre, hvor jeg i starten troede jeg skulle læse det hele(...) Man skal lade sin interesse være styrende”* (Bilag 3, 2). De studerende forklarer altså, at det at kunne følge sine interesser på uddannelsen fremmer deres faglige trivsel. Men selvom de i interviewet er opmærksomme på den trivselsindikator, viser resultaterne i surveyen, at 54% (Survey 1, 4) og 87% (Survey 2, 4) i middel eller lav grad oplever at have indflydelse på det faglige fokus i deres uddannelse. Det kan skyldes, at de indtil nu har haft obligatoriske fag, hvor de senere på uddannelsen kan vælge valgfag og emne til bachelorprojekt. Dog er det interessant, at de svarer så markant i mindre grad i Survey 2 ift. Survey 1.

Karriere

Da jeg spørger ind til, hvordan karriere fylder i de studerendes hverdag, falder snakken hurtigt på studiejobs: *“Jeg har prøvet at søge studierelevante studiejobs, som jeg ikke har fået”, “Man kan godt mærke, at det der med studiejobs - det er begyndt at fylde mere i løbet af, specielt det her semester, synes jeg. Det er virkelig nogle overvejelser folk er begyndt at have sig”* (Bilag 3, 3). I surveyen ser vi også, at overvejelser om arbejdsliv fylder hos de studerende, hvor 88% (Survey 1, 9) hhv. 100% (Survey 2, 9) giver udtryk for, at de i høj grad gør sig overvejelser om arbejdsliv efter endt uddannelse.

Det kan hænge sammen med der, hvor de studerende er i deres uddannelsesforløb, som en studerende forklarer: *“Jeg synes det fylder mere [karriereovervejelser] Man føler lidt, at tiden er ved at rinde ud. Vi er færdige næste sommer. Så hvis man skal have et studiejob, eller skal kunne få nogle kontakter, noget netværk til arbejdsmarkedet, så skal det til at være nu”* (Bilag 3, 4). Der bliver altså en antagelse om, at de er ved at have travlt, hvis de skal nå at få erfaring med arbejdsmarkedet på bacheloruddannelsen. At det er vigtigt kan hænge sammen med de input, de studerende får fra omverdenen som f.eks., *“Jeg har nogle veninder, der er færdiguddannede. Og de siger, at vejen til arbejdsmarkedet, det er gennem studiejob”* (Bilag 3, 2).

De studerende begynder også at tale om stress ifm. det at finde studiejob: *“Jeg synes også, at det [studiejobs] er begyndt at blive mere en stress faktor, end det er noget man egentlig har lyst til(...) Også bare det vi har i undervisningen, at vi hører hvor vigtigt, at det med kompetencerne er. Man får det gennem undervisningen, og så får man det også udefra. Hvor*

vigtigt det er at få et studiejob og få de kompetencer” (Bilag 3, 3). I min samtale med min kollega fra Arts Karriere genkender hun også, at stress og karriere kan hænge sammen for de studerende: *“Når vi spørger de studerende i starten af en workshop, hvad tænker I, når I hører ordet “karriere”, så kommer der svar som stress, bekymring (...) Der kommer negative svar fra de studerende. Der kommer også positive svar”* (Lydfil 2, 14:39). Videre i fokusgruppeinterviewet blev det tydeligt, at det er forskelligt om de studerende synes det med studiejob er stressende - også afhængigt af om de har et job de finder relevant. En anden studerende forklarer: *“Studiejobbet er ligeså meget for ens egen skyld. At man får øjnene op for, hvad er det man kan og hvor vi kan bruge vores uddannelse. At finde ud af hvilken retning man godt kunne tænke sig at gå, når man nu kan gå så mange forskellige veje. Så måske også bare finde selv lidt ud af hvad man gerne vil og teste noget af”* (Bilag 3, 5). En pointe som Krumboltz vil støtte op om, hvor det at afprøve de tilgængelige muligheder er vejen frem for at lære mere om sig selv i verdenen. Men som også kan være vanskeligt, hvis man ikke får umiddelbar adgang til de verdener, man gerne vil. At det ikke nødvendigvis er nemt for de studerende at forholde sig til arbejdsmarkedet, træder frem i surveyen, hvor kun 6% i den første måling i høj grad synes det er nemt at forholde sig til arbejdsmarkedet efter endt uddannelse, mod 25% i den anden måling (Survey 1, 12 og 2, 12). En studerende nuancerer dog det billede ved at sige, at hun lige nu har ro ift. karriere: *“Men ja, så tror jeg, at jeg er blevet mere afslappet ift. det med karriere(...) jeg har talt med mange kandidatstuderende om - også nogle der er færdige - de siger alle, at der er mange UDV’ere, der er gået før jer, som har banet vejen for jer. I er mega heldige og arbejdsmarkedet efterspørger jer virkelig. Så jeg er blevet mere beroliget i, at der er jobs derude, og at de fleste kommer i job ret hurtigt”* (Bilag 3, 5). Uanset om der er hold i de antagelser viser citatet, at de forestillinger vi har om karriere, også er betinget af det miljø og de erfaringer vi gør os, som Krumboltz taler om. Ved denne studerende får de andres erfaringer lov til at skabe ro ift. hendes fremtidige jobsituation.

De studerendes autonomi i forhold til karriereovervejelser, og hvor meget de fylder, er ifølge surveyen udfordret. I hvert fald tilkendegiver 69% i første survey (survey 1, 13) og 50% i anden survey (survey 2, 13), at karriereovervejelser i middel eller lav grad fylder på et for dem passende niveau. Besvarelsen fortæller os ikke om det er de studerendes egne overvejelser, eller de input til karriere de får udefra, som ikke er passende. Og vi ved heller ikke om de ønsker, at overvejelserne fylder mere eller mindre. Interviewet giver lidt forskellig input. En studerende forklarer: *“For mig tror jeg ikke, at det [karriere] fylder*

vildt meget. Det er nok mest noget, der kommer op, når andre spørger ind til det. Sådan - har du et studiejob? Skal du have et studiejob? Hvad skal du blive bagefter? Så bliver jeg sådan: Nå ja, det skal jeg også forholde mig til. Jeg kan ikke bare være i det studie jeg er i” (Bilag 3, 4). De studerende forklarer videre, at de ofte bliver stillet den type spørgsmål, som en siger: “Jeg tager mig i at forberede mig til - hvis nogen spørger mig til det her arrangement [om hvad jeg skal bruge uddannelsen til] - hvad skal jeg så sige?” (ibid.). Citaterne kan give et præj om, at nogle af de studerende synes det fylder for meget. Og at det ofte er, når andre sætter den dagsorden, at det fylder for meget. Måske også fordi, at de ikke altid har det svar, den anden efterspørger. Som også Krumboltz siger, så er det ikke nemt i vestlige samfund at fremstå uafklaret (Krumboltz, Levin, Mitchell, 1999, 117).

Karriere fylder, ifølge de studerende, i større eller mindre grad. For nogle fylder det i sammenligningen med og inputsene fra de andre studerende, f.eks. når det gælder studiejobs. For andre fylder det, når omverdenen spørger ind til det. For nogle fylder det på en god måde, for andre bliver det nemt en stressfaktor.

Hvad fik de ud af workshopen?

Da jeg spørger ind til, hvad de studerende husker fra workshopen, svarer de “Jeg husker den tidslinje vi skulle lave(...) Tænke over, hvad det var, der havde defineret mig ift., hvordan det er i dag(...) Det var meget sjovt” (Bilag 3, 6). En anden siger: “Også måske hvordan de ting [på tidslinjen] gjorde, at man var som man er i dag, egentlig var ret tilfældige” (Bilag 3, 6). Intentionen med øvelsen var netop at få de studerende til at se, at de allerede har erfaringer med Planned Happenstance, og det ser ud til, at de studerende særligt tog den med fra workshopen, og fangede dens pointe. De studerende fortæller også, at de tog inputs om Jobindex, Karrierekatalog og LinkedIn med videre, som konkrete teknologier de kan bruge i deres hverdag. Særligt LinkedIn blev flere optagede af, og har siden oprettet profiler og brugt dem til research (Bilag 3, 6, 7). I surveyen ser vi også, at de studerende efter workshopen har større viden om, hvor de kan finde informationer om arbejdsmarkedet, idet 83% tilkendegiver, at de i høj grad ved, hvor de kan finde informationer (Survey 2, 14) mod 38% inden workshopen (Survey 1, 14). Bemærkelsesværdigt er det også, at de studerende i markant højere grad har en fornemmelse af, hvilke kompetencer de har ift. arbejdsmarkedet (19% i Survey 1, 10 mod 58% i Survey 2, 10), og også i markant højere grad har en oplevelse af at have kompetencer, som er relevante for en arbejdsgiver (44% i Survey 1, 11 mod 75% i Survey 2, 11). I et trivselsperspektiv ser det altså ud til, at de studerendes **kompetencer** ift.

karriereområdet er blevet styrket gennem workshoppen. De har lært noget i fællesskab med hinanden, som Krumboltz ønsker at bidrage til.

Også **tilhørsforholdet** berøres undervejs i interviewet. En studerende forklarer om interesseboardet: *“Jeg synes også, at den der anden øvelse vi havde med, at vi skulle skrive vores interesser, var også meget sjovt at snakke med de andre om(...) Det var spændende at høre, hvad de [andre] tænkte, og åbnede også op for ens egne tanker. Sådan, nå ja- jeg havde slet ikke overvejet, at man kunne gå i den retning. Det var også meget fedt.”* (Bilag 3, 6). Her bliver det tydeligt, at det at behandle øvelsen sammen med medstuderende er med til at inspirere og udvide mulighedsrummet for den enkelte. Det at workshoppen blev afholdt lokalt på holdet fremgår videre som en bonus, som en siger: *“Jeg synes det var rart, at workshoppen var et tilbud - kun til os. Det var det første [karriere]arrangement jeg har været til. Fordi det henvendte sig direkte til mig. Det er ikke sådan noget “alle på Arts”. Det er specifikt til mig, eller til dem der er på samme stadie som mig. Det synes jeg var virkelig rart”* (Bilag 3, 13).

At workshoppen generelt har skubbet til samtalen om karriere på holdet, bliver tydeligt i empirien. Først i surveysene, hvor 63% i Survey 1, 17 og 92% i Survey 2, 17 har en oplevelse af, at de er flere på deres årgang, der gør sig tanker om arbejdsliv under og efter studiet. Det er altså et emne, der er i spil hos dem - og måske i endnu højere grad efter workshoppen, hvor 100% svarer i Survey 2, 9, at de gør sig overvejelser om arbejdsliv efter endt uddannelse. En studerende forklarer, *“Det føles ikke så farligt at snakke om karriere som jeg synes det godt kunne være før, for nu er der blevet prikket hul på bylden(...) De der ikke var med til workshoppen, har vi jo så fortalt hvad det handlede om. Så det er jo noget vi er begyndt at tale om, som ikke var et emne før”* (Bilag 3, 11). En anden supplerer *“At okay, vi havde alle (i studiegruppen) tænkt på det der med studiejob og generelt hele fremtiden. At få åbnet op for den snak - og at have den sammen - synes jeg virkelig gør noget* (Bilag 3, 11). I surveyen er det dog kun 50% i Survey 1, 19 og 63% i Survey 2, 19, der tilkendegiver, at de synes det er meningsfuldt at tale med deres årgang om deres kommende arbejdsliv. I interviewet forklarer en studerende, *“Det er nok også det farlige ved, at vi sammenligner os med hinanden. Nå, men I har studiejob. I laver så og så meget. I når at læse det hele til hver gang”* (Bilag 3, 9) og en anden studerende, *“Hvis det bliver for meget konkurrence. Hvis studiejobs kommer til at handle om, at vi alle søger de samme jobs, så fører det nok til flere spidse albuer, og man holder kortene lidt tættere på kroppen. Men hvis det er noget vi taler om i fællesskab, noget vi ligesom snakker om på en god måde, så tror jeg, at det er positivt”* (Bilag 3, 10). I et

trivselsperspektiv kan workshoppen være med til at fremme følelsen af fællesskab og tilhørsforhold, fordi man mødes i usikkerheder, interesser og nysgerrigheder. Men fællesskabet kan også netop udfordres, hvis sammenligninger og konkurrencementalitet bliver forstærket.

Det dilemma var også i spil blandt deltagerne, som en studerende siger: *“Jeg følte mig lidt stresset, da jeg kom hjem. Også fordi, at jeg ikke har haft et job, mens jeg studerede. Jeg føler ikke, at jeg har tid eller overskud til det. Det kan jeg godt fornemme, at det begynder alle andre at få. En lille smule stress. Men også fordi - det er jo noget man skal forholde sig til (Bilag 3, 8). Selvom workshoppens ambition var at stimulere til, at de studerende fik flere gode måder at forholde sig til karriere på, gik denne studerende presset derfra. En anden studerende forklarer; ”Man bliver let - ikke provokeret - men sådan lidt, det er noget man burde kunne lade være med at tænke over. Men når man så sidder der [til workshoppen], så bliver man konfronteret med det. Det har måske været lidt overvældende, at det skal man også forholde sig til” (Bilag 3, 7ff). Her bliver det tydeligt, at workshoppen kan udfordre dem, der ikke har gjort sig erfaringer og tanker om karriere, og som enten ikke har overskud til det, eller ikke har lyst til at have det i spil. I interviewet er der dog også studerende, der har oplevet større ro efter workshoppen: *“...det er nok meget godt, at man bliver præsenteret for det, og så bliver man lige mindet om, at nå - der er egentlig mange tiltag, man selv kan gøre for at skabe mere overblik over det der karriere, og måske også få lidt mere ro på”*(Bilag 3, 7), og en anden studerende *“det [workshoppen] har lagt en dæmper på det [at føle sig presset over karriere]. Det var det med den tidslinje i forhold til, at der er mange tilfældige valg, vi har taget, og som har banet vejen for hvor vi er nu. Der hvilede jeg mere i, at okay - jeg kan godt slappe lidt af med de tanker jeg havde i forvejen, for det skal nok komme”* (Bilag 3, 8). Der er altså ikke et entydigt svar på om workshoppen har bidraget positivt til de studerendes trivsel og tilgang til karriere. Det er forskelligt, hvordan de studerende reagerer på den og hvad de tog med derfra.*

I forhold til de studerendes udbytte, har vi nu været omkring oplevelser af kompetence - at de studerende ser ud til at føle sig mere **kompetente** ift. karriere i forlængelse af workshoppen. Om **tilhørsforhold**, at nogle studerende i højere grad føler sig som en del af et motiverende fællesskab ift. karriere pga. workshoppen, mens andre føler sig mere på kanten af det fællesskab, med følelsen af ikke at slå til.

Autonomien italesættes da de bliver spurgt ind til, hvad der skal til for, at universitetet kan bidrage til, at karriere fylder på en passende måde for dem. Her er valgfriheden central: *“Det med, at det er et tilbud. Det er ikke noget vi skal(...) Det er rart, at det er et valg”* (Bilag 3, 12), *“Man skal gå ind i det[karriere], når man er klar til det. Og på den måde, at man skal kunne rumme det”* (Bilag 3, 12), *“...det stemmer godt overens med sådan det er bagefter. Der er det jo også dit eget ansvar. Det synes jeg generelt er godt på UNI, at der er meget, der er ens eget ansvar* (Bilag 3, 12). Oplevelsen af selv at have indflydelse på hvornår karriereinput fra universitetet skal fylde er, ifølge de studerende i interviewet, med til at gøre, at universitetet kan bidrage med karriere på en passende måde.

Er der en sammenhæng mellem trivsel og karriere ifølge de studerende?

Direkte adspurgt om de studerende ser en sammenhæng mellem trivsel og karriere svarer de:

“Jeg tror ikke de to hænger sammen for mig(...) Jeg har adskilt det med at trives på mit studie, og så det der kommer bagefter” (Bilag 3, 10), hvortil en anden supplerer, *“Ja, der tror jeg, at jeg er ret enig med dig. Jeg kan heller ikke lige se, hvordan de to skulle hænge sammen. Så skulle det være i forhold til at få mere blod på tanden af at tænke mere på det karrieremæssige og snakke med mine medstuderende om det”* (ibid.). Her er altså to studerende, der ikke tænker trivsel og karriere sammenhængende, med mindre at det kan give mere blod på tanden. Det bliver også argumentet for en studerende, der ser en sammenhæng: *“Det at jeg synes, at noget er spændende gør noget ved min trivsel. Og hvis man synes noget er spændende, så er det jo også noget man har lyst til at arbejde videre med”* (Bilag 3, 10). En anden studerende fortsætter; *“Det kan jeg godt følge. Man bliver bekræftet i, at det her synes jeg er interessant agtigt (...) Så det kan jeg godt se mig beskæftiget med. Det er måske mere den faglige trivsel”* (ibid.). Her bliver karriere sat i sammenhæng med faglig trivsel. En tredje studerende fortsætter med fokus på social trivsel og karriere; *“Men jeg tror også, at det, at man trives godt socialt gør jo også, at man synes det er fedt at læse. Og hvis man synes det er fedt at læse, kommer man jo også ud på den anden side og tænker tilbage på sin studietid som noget godt, og noget man er stolt af, og derfor vil man gerne arbejde videre med det(...) For mig betyder det, at jeg trives socialt også noget for min karriere”* (Bilag 3, 10). Mens det for nogle ikke giver mening at tænke trivsel og karriere i en sammenhæng, er der for andre netop sammenhæng mellem de to. Dette suppleres med en kommentar om, hvordan de to i en sammenhæng kan udfordre trivslen; *“Ja, det kan jo også blive en stressfaktor, og ende med at gå ud over trivslen, hvis man ikke er klar til at rumme alt det [karriere], så kan det blive stressende og virke for meget”* (Bilag 3, 11). Her bliver det en

styrke, hvis man er i stand til at vælge karrierefokus fra, som en studerende siger; ”*Jeg tror jeg trives godt i ikke at tænke for meget over det [karriere]*” (Bilag 3, 11). En tilgang som det kunne være interessant at undersøge om ville ændre sig, jo tættere den studerende kommer på at være færdiguddannet.

Ligesom det er forskelligt om de studerende synes karriere fylder, er det også forskelligt hvorvidt de ser en sammenhæng mellem trivsel og karriere. For dem, der er optagede af karriere og arbejdsliv undervejs og efter, er der umiddelbart en større sammenhæng end hos dem, der ikke har lyst til at forholde sig til det nu.

Diskussion

Er der en sammenhæng mellem trivsel og karriere?

Gennem analysen ser vi, at de to begreber vikler sig ind i og ud af hinanden, afhængigt af de studerende, der taler og hvorfra de taler. Nogle insisterer på at forholde sig til trivsel og karriere adskilt. Den tilgang kan hænge sammen med den indledningsvise beskrivelse af karriere som levevej, et element, der kan afkobles fra det øvrige liv. Men hvis vi følger definitionerne af karriere fra Karrierekonsulenten, ELPGN og Rie Thomsen, hvor karriere også handler om at mestre sit liv på tværs af kontekster og overgange, så kan man se de studerendes valg om at holde fokus på studie- og arbejdsliv adskilt som en udøvet kompetence ift. at håndtere deres karriere. I Studievejledningen laver man bl.a. indsatser, der skal støtte studerende i at navigere i studiegrupper, akademisk integration og studielivet generelt (Lydfil 1, 5:50, 14:00). Her man kan overveje, at de kompetencer man gerne vil styrke hos de studerende ift. at studere, netop er med til at styrke deres karrierekompetencer, fordi man derigennem styrker deres evne til at navigere i livet som det ser ud nu - og vælge til og fra undervejs på sin uddannelse. Så når nogle studerende vælger at holde trivsel og karriere adskilt er de måske netop i gang med at håndtere deres karriere, hvis vi følger de udvidede definitioner på karriere. I det lys kan en overvejelse være, at de udvidede definitioner på karriere og karrierekompetence har et trivselsaspekt indlejret i sig, idet den enkelte skal lære at håndtere sit liv, som vi ser det beskrevet ifm. karrieredefinitionen og Krumboltz' afsæt i self-efficacy. Karriere bliver i opgavens teoretiske afsæt, noget man skal lære at navigere i, med henblik på at trives bedst muligt, og få det liv man ønsker.

I analysen ser vi også, at trivsel og karriere hænger naturligt sammen, fordi social og faglig trivsel er med til at skabe et fundament, man med stolthed kan stå på, når man forholder sig til arbejdsmarkedet. Her kan man argumentere for, at de studerende, der taler for en sammenhæng, har et mere holistisk blik på studie- og arbejdsliv som nogle, der påvirker hinanden. På den måde har forståelsen af *trivsel* og *karriere* indflydelse på, hvordan man ser sammenhængen.

I fokusgruppeinterviewet såvel som interviewene med mine kolleger (Lydfil 1 og 2), kommer karriere i relation til følelsen af stress frem flere gange. I indledningen så vi, hvordan stadig flere unge og studerende føler sig pressede. I fokusgruppeinterviewet beskrev de studerende, hvordan de kunne føle sig pressede til at skulle forholde sig til arbejdsliv både fra omverdenen og gennem deres egne forventninger til sig selv. Følelsen af stress kan ses som en indikator for mistrivsel. I relation til SDT teorien, kan det ses som følelsen af at mangle kompetence til at forholde sig til sin karriere, f.eks. hvis jeg ikke ved, hvad jeg skal svare, når andre spørger hvad jeg kan med min uddannelse. Det kan ses som en udfordring af autonomien, idet de studerende måske ikke selv føler, at de kan vælge, hvorvidt overvejelser om karriere og arbejdsliv skal fylde. Det kan ses som en udfordring af tilhørsforhold, hvis de ikke oplever at kunne følge med de andre, eller hvis de gerne vil være en del af et fællesskab på en arbejdsplads, men ikke er det lige nu. Usikkerhed, omverdenens forventninger og følelsen af at være udenfor et fællesskab, kan altså bidrage til, at karriereovervejelser kan fremme mistrivsel hos den enkelte. Og på den måde forstærke fortællingen om en sammenhæng.

Hvilken indflydelse har karriereworkshoppen på trivsel og karriere?

Selvom vi tager højde for et lavere antal besvarelser i Survey 2, er besvarelserne mere positive end dem før workshoppen. Da surveyen er bygget op om SDT's indikatorer for trivsel, kan det ses som, at de studerendes trivsel er øget i forlængelse af workshoppen, både i relation til karriere, men også i relation til deres studie generelt. Der hvor de studerende har flyttet sig mest er i følelsen af at kunne formidle deres kompetencer til en arbejdsgiver, vide hvor de kan finde information om arbejdsmarkedet, følelsen af at høre til på deres uddannelse og oplevelsen af, at de er flere på uddannelsen, der gør sig tanker om karriere (Survey 1 og 2, 10, 11, 14, 7, 17). I analysen ser vi, at flere studerende har fået mange gode ting med fra workshoppen, både konkrete værktøjer og samtalen på holdet. Der fremhæves også glæden ved at *få taget hul på bylden*. Men vi ser også eksempler på studerende, der går småstressede

og småprovokerede fra workshopen. Vi kan dermed ikke udelukkende konkludere, at deres trivsel her og nu øges gennem deltagelse. Men vi kan heller ikke afvise, at workshoppens input på sigt vil bidrage til øget trivsel. Her kunne det være interessant at interviewe de studerende om f.eks. to år og efter endt uddannelse, og se, hvordan de da forholder sig. For en følelse af stress og provokation er ikke nødvendigvis det modsatte af værdifuld læring.

Intentionen med at bruge Krumboltz i workshopen var at øge de studerendes karrierekompetence gennem karrierelæring. Når så stor en del af respondenterne i surveyen gav udtryk for at have flyttet sig på centrale parametre, kan det være et udtryk for, at de netop har lært noget nyt ift. egne kompetencer og arbejdsmarkedet. De værktøjer de studerende fik til at undersøge arbejdsmarkedet gennem teknologier som LinkedIn, Jobinspirationskatalog og Jobindex, gav dem, på meget kort tid, flere ideer om deres muligheder. Øvelsen med tidslinjen gav dem en erfaring af, at de allerede er godt på vej i deres karriere, og godt på vej i forhold til at drage nytte af uplanlagte begivenheder. Øvelsen med interesser, som de skulle drøfte med hinanden, fik dem til at reflektere over egne interesseområder, med inspiration fra hinanden. Derfor ser det ud til, at workshopen har styrket de studerendes karrierelæring, karrierekompetence og self-efficacy.

Er de studerendes oplevelse af autonomi altid til den studerendes bedste?

Opgaven igennem er trivsel blevet anskuet fra SDT teorien, som er afsættet for at arbejde med trivsel i Studievejledningen på Arts. I interviewet har det været interessant at se, at de studerende, enten implicit eller eksplicit, forholder sig til kompetencer, autonomi og tilhørsforhold som trivselsfremmende indikationer. Som jeg har berørt flere gange, føler nogle studerende sig udfordrende på deres autonomi ift. karriere, fordi andre vælger for dem, at de skal forholde sig til det - som et ydre pres. Her kan man diskutere om det er entydigt negativt, at de studerende bliver opmuntret til at forholde sig til det? Eller om det er godt for dem, at de bliver ledt på vej ift. det vi tror er godt for dem?

De studerende skal på et tidspunkt ud på arbejdsmarkedet, og vi ved fra utallige undersøgelser, at de står stærkere i den overgang, hvis de har erfaringer fra arbejdsmarkedet. Det er muligt, at de studerende ikke lige nu har lyst - og overskud - til at forholde sig til arbejdsmarkedet. Og for nogle er ressourcerne på et sted, hvor de skal prioritere studiet som det eneste, for overhovedet at kunne gennemføre det. Men for størstedelen kan det være gavnligt for dem, nu og på sigt, at gøre sig erfaringer med at bruge deres uddannelse i samspil med omverdenen. Det perspektiv møder vi også ofte hos studerende, der nærmer sig

afslutningen af deres uddannelse, men som ikke rigtigt har forholdt sig til arbejdslivet undervejs. Mange af dem ærgrer sig over, at de ikke gjorde mere mens de studerede. I tråd med det kan man overveje om vi altid selv ved, hvad der er bedst for os? Og om det faktisk er trivselsfremmende at skulle træffe de beslutninger selv? Eller om der også er noget godt i, at nogen siger til os, at det skal vi forholde os til. Det perspektiv udfordrer SDT teoriens fokus på trivsel som indlejret i egen motivation, og dermed det grundlag som nærværende opgave har ift. trivsel.

Studie- og karrierevejledningstilbuddene på Arts er frivillige. Den enkelte studerende kan tilmelde sig, når man har lyst. Men vi har også integrerede tilbud, hvor tilbuddet fremgår eksplicit af den studerendes skemaer. Her bruger vi mange ressourcer på at nå de studerende, fordi vi tror, at det er godt for dem at få de inputs vi kommer med. Ved at integrere tilbuddene bliver de sværere at overse for de studerende, demokratiseringen af tilbuddene øges, og vi kan nå flere og andre typer studerende end dem der melder sig frivilligt. Det ud fra en antagelse om, at hvis de får de informationer vi kommer med, hvis de får mulighed for at reflektere over dem i et fællesskab de er trygge ved, så kan det være med til - på den lange bane - at fremme deres trivsel.

Opmærksomhedspunkter for Studievejledningen og Arts Karriere

Så hvor stiller det studie- og karrierevejledningen på Arts? Først og fremmest med en opmærksomhed på, at det vi kommer med, rammer forskelligt. Ved at sætter fokus på et område, øger vi bevidstheden om netop dette - på godt og ondt. Når vi i Studievejledningen taler om eksamenssnyd, vil nogle studerende blive mere bekymrede for om de gør tingene rigtigt. Når vi taler om studielivsbalance, vil nogle studerende føle sig forpligtede til at gøre mere for en god balance, som endnu en byrde. Og når vi holder karriereworkshops, sætter vi, for nogle studerende, karriere på dagsordenen for første gang, som en presbold man *skal* forholde sig til. Heri ligger et paradoks; at vi med vores indsatser kan være med til at fremme bekymring og mistrivsel, selvom vi er ansat til og har intentioner om det modsatte.

Mange af de indsatser Studievejledningen laver ift. de studerende, kan bidrage til de studerendes karrierekompetence, f.eks. ift. studielivsplanlægning og studiegruppekompetence. Mange af de indsatser Arts Karriere laver, kan bidrage til de studerendes trivsel, f.eks. ift. øget afklarethed, indsigt i muligheder, erhvervede kompetencer og motivation for studierne. Når Studievejledningen og Arts Karriere er to adskilte teams, kan blikket for, hvordan man mere eller mindre direkte arbejder med trivsel og

karrierekompetence i begge teams, gå tabt. Det kan dels føre til overlap i forhold til nogle typer aktiviteter, men også gå ud over blikket for de potentialer, der kan være ved at inddrage perspektiver fra det andet team i ens egne aktiviteter. Studievejledningen kan have nogle øvelser eller informationer med ud til de studerende, som bidrager til at øge karrierekompetencen. Arts Karriere kan have perspektiver med ved deres aktiviteter, som bidrager til den studerendes trivsel.

Som vi også så i analysen, er det sandsynligt, at de studerende forholder sig meget forskelligt til emner indenfor trivsel, studie- og karrierevejledning. Nogle studerende vil nødtigt benytte sig af et karrieretilbud, men gerne et målrettet studievejledningstilbud. Andre vil gøre det omvendt. I begge tilfælde kan man overveje om vi taber dele af målgruppen ved at være opdelt i to teams, fordi nogle vil have nemmere ved at udvikle karrierekompetencer i et format, der hedder noget andet end karriere. Mens andre vil være mere nysgerrige på at udvikle f.eks. samarbejdskompetencer i relation til noget om karriere. I begge tilfælde vil øget viden om trivsel og karriere i teamsene kunne bidrage til at få øje på potentialerne. Men som min kollega i Studievejledningen forklarede, vil det kræve en ressourcemæssig prioritering, hvis den udvikling skal ske (Lydfil 1, 30:45). En prioritering, som måske kan berige trivsel- og karrierearbejdet yderligere ift. de studerende, og måske endda frigøre ressourcer i de enkelte teams.

Konklusion

Igennem fundene i opgaven ser vi, hvordan trivsel og karriere står i relation til hinanden, afhængigt af øjnene der ser. I SDT teorien erfarer vi, at følelsen af at være kompetent og have indflydelse er essentielt for trivslen. I den udvidede forståelse af karrierebegrebet er kompetencen til at håndtere sit liv og træffe beslutninger i forbindelse med overgange vigtige for at få en meningsfuld tilværelse. Hos Krumboltz ser vi, at den enkelte skal lære at udvikle færdigheder, værdier, overbevisninger og interesser, med det formål at få et mere meningsfuldt liv. Opgavens teoretiske ståsteder forholder sig altså til en sammenhæng mellem trivsel og karriere hos den enkelte. Hos de studerende, der bidrager som informanter, bliver det tydeligt, at deres forståelse af trivsel og karriere, har indflydelse på, hvorvidt de ser en sammenhæng. For nogle er der en sammenhæng mellem at opleve trivsel på studiet og forholde sig til arbejdsmarkedet. For andre er det et bevidst valg at adskille de to, og lade trivsel på studiet være en ting og karriere en anden.

Når trivsel ses gennem oplevelsen af kompetence, autonomi og tilhørsforhold, ser karriereworkshoppene ud til at styrke trivslen, for størstedelen. Igennem både surveys og fokusgruppeinterview, giver de studerende udtryk for at have udviklet deres kompetencer og tilhørsforhold i forlængelse af workshoppene. Opgaven efterlader dog en diskussion i forhold til autonomien, hvor det er forskelligt om de studerende oplever at have tilpas indflydelse på, hvor meget karriere fylder for dem. Her ser nogle karriereworkshoppene fylde på en god måde, mens andre oplever sig udfordrede af den konfrontation den indeholder. En udfordring som ikke nødvendigvis er negativ for den studerende på den lange bane.

Studie- og karrierevejledningen på Arts kan med fordel være opmærksom på, at uanset intentionen, vil de indsatser, der sættes i søen, berøre de studerende forskelligt. Når netop trivsel og karriere synes at flette sig ind i hinanden, som beskrevet i opgaven, kan der være potentialer i at undersøge, hvordan de to områder kan styrke hinanden yderligere. Her også fordi man mere eller mindre direkte arbejder med trivsel og karriere, i både Studievejledningen og Arts Karriere, og måske har mulighed for at udnytte den platform endnu bedre for at nå flere studerende med begge dagsordener.

Litteraturliste

Aarhus Universitet (2017), *STUDIEMILJØ 2017 UNDERSØGELSE AF STUDIEMILJØET VED AARHUS UNIVERSITET*, Lokaliseret 28.4.2023 på

https://studerende.au.dk/fileadmin/www.au.dk/studmiljo/2017_-_ny/SMU2017_Rapport_nr._1_Hovedrapport_for_Aarhus_Universitet_endelig_.pdf

Aarhus Universitet (u.å.) *Studiemiljøundersøgelse 2020*, Lokaliseret 28.4.2023 på

<https://studerende.au.dk/studieundersogelse/studiemiljo2020>

Arts, *Nøgletal for Faculty of Arts*, Lokaliseret 23.4.2023 på <https://arts.au.dk/om-arts/noegletal>

Arts Karriere 1, *Om Arts Karriere*, 16.2.2023 på

<https://studerende.au.dk/studier/fagportaler/arts/artskarriere/kontakt-os/om-arts-karriere>

Brinkmann, S., Kvale, S. (2009) *Interview - introduktion til et håndværk* (2. udg.)

København K: Hans Reitzels Forlag

Deci, E.L., Ryan, R.M. (2000) Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being, *American Psychologist*, vol. 55, No 1., p. 68-78

DDO, *Karriere*, lokaliseret 24.4.2024 på <https://ordnet.dk/ddo/ordbog?query=karriere>

DDO: *Trivsel og Trives*, lokaliseret 23.4.2023 på <https://ordnet.dk/ddo/ordbog?query=trives>

Hersted, L., Høier, M.O., Laustsen, L. *Kreativ procesledelse - nye veje til bedre praksis* (2011) Viborg: Dansk Psykologisk Forlag

Højdal, L., & Poulsen, L. (2012). *Karrierevalg teorier om valg og valgprocesser*. Rosendahl-Schultz Grafisk.

Johnson, R.B., Onwuegbuzie, A.J., Turner, L.A., (2007), Toward a Definition of Mixed Methods Research, *Sage Publications*, 112 - 133, <https://journals-sagepub-com.ez.statsbiblioteket.dk/doi/epdf/10.1177/1558689806298224>

Mitchell, Levin og Krumboltz (1999), *Planned Happenstance: Constructing Unexpected Career Opportunities*, Lokaliseret 24.4.2023 på <file:///C:/Users/au283611/Downloads/Mitchell%20K%20et%20al%201999%20JC&D%20=%20Planned%20happenstance.pdf>

KU, *Søren Kierkegaard citater*, Lokaliseret 16.2.2023 på <https://teol.ku.dk/skc/om-soeren-kierkegaard/soeren-kierkegaard-citater/>

Lessel og Løntoft (2022), *Endnu et fald i unges mentale sundhed får partier til at kræve handling*, Lokaliseret 28.5.2022 på <https://www.altinget.dk/artikel/endnu-et-fald-i-unges-mentale-sundhed-faar-partier-at-kraeve-handling>

Niemiec, C., Ryan, R.M. (2009), Autonomy, competence, and relatedness in the classroom Applying self-determination theory to educational practice, *Sage Journals: Theory and research in education*, vol 7 (2), p. 133 - 144

Pedersen, O.K. (2014), *Konkurrencestaten*, (1. udgave), København K: Hans Reitzels Forlag

Schultz Jørgensen, P. (2014), *Unge skal opdrages til at modstå presset fra konkurrencestaten*, Lokaliseret 31.5.2022 på <https://www.information.dk/debat/2014/10/unge-opdrages-modstaa-preset-konkurrencestaten>

Sundhedsstyrelsen (2022), *Danskernes sundhed*, Lokaliseret 28.5.2022 på https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2022/Sundhedsprofil/Sundhedsprofilen.ashx?sc_lang=da&hash=5C9A9A81483F6C987D5651976B72ECB2

Thomsen, R. (2014) *Karrierekompetence og vejledning i et nordisk perspektiv*, Lokaliseret 24.4.2023 på https://pure.au.dk/portal/files/84307921/Karrierekompetence_og_vejledning_2014.pdf

University of Rochester, 2023. Figur lokaliseret 24.4.2023 på <https://www.urmc.rochester.edu/community-health/patient-care/self-determination-theory.aspx>

Bilag 1 - Spørgeskema uden besvarelser (udsendt som Survey 1 og 2)

Hvilken by studerer du i?

(1) m Emdrup

(2) m Aarhus

På en skala fra 1 til 5, hvor 5 er "I meget høj grad" og 1 er "I meget lav grad", i hvor høj grad:

5 4 3 2 1

1. Føler du dig (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m
kompetent til at
håndtere dit
studie (her
baseret på din
oplevelse, som
ikke
nødvendigvis
afspejles i dine
karakterer eller
andres udsagn)

2. Føler du dig (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m
kompetent til at
håndtere dit
studieliv med de
udfordringer og
muligheder, der
opstår

3. Føler du, at du kan være dig selv på studiet (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m

4. Oplever du at have indflydelse på det faglige fokus i dit studieliv (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m

5. Oplever du at have indflydelse på sociale fællesskaber (f.eks. studiegruppe, foreninger, kultur på holdet mv.) på dit studie (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m

6. Har du en oplevelse af at være forpligtet over for et fællesskab (f.eks. medstuderende, undervisere mv.) på dit studie (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m

7. Har du en følelse (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m af, at du hører til på dit studie

8. Har du en (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m oplevelse af at have betydning for andre på studiet

På en skala fra 1 til 5, hvor 5 er "I meget høj grad" og 1 er "I meget lav grad", i hvor høj grad:

5 4 3 2 1

9. Gør du dig (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m overvejelser om dit arbejdsliv efter endt uddannelse

10. Har du en (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m fornemmelse af, hvilke kompetencer du har ift. arbejdsmarkedet

11. Har du en (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m fornemmelse af,

at du har
kompetencer
som er relevante
for en
arbejdsgiver

12. Synes du det er (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m
nemt at forholde
sig til dit
arbejdsliv efter
endt uddannelse

13. Oplever du, at (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m
dine overvejelser
om dit
fremtidige
arbejdsliv er på
et, for dig,
passende niveau

14. Ved du hvor du (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m
kan finde flere
informationer
om
arbejdsmarkedet,
hvis du har lyst

15. Har du tid og (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m
overskud til at

være på
arbejdsmarkedet
(studiejob,
frivilligt arbejde,
studieprojekter) i
det omfang du
har lyst til det

16. Har du en (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m
oplevelse af, at I
er flere på din
årgang, der gør
sig overvejelser
om arbejdsliv
under
studietiden

17. Har du en (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m
oplevelse af, at I
er flere på din
årgang, der gør
sig overvejelser
om arbejdsliv
efter endt
uddannelse

18. Har du en (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m
oplevelse af, at I
på dit hold kan
tale om

arbejdsliv på en
god måde

19. Er det (1) m (2) m (3) m (4) m (5) m
meningsfuldt for
dig at tale med
din årgang om
dit kommende
arbejdsliv

Tak for din hjælp!

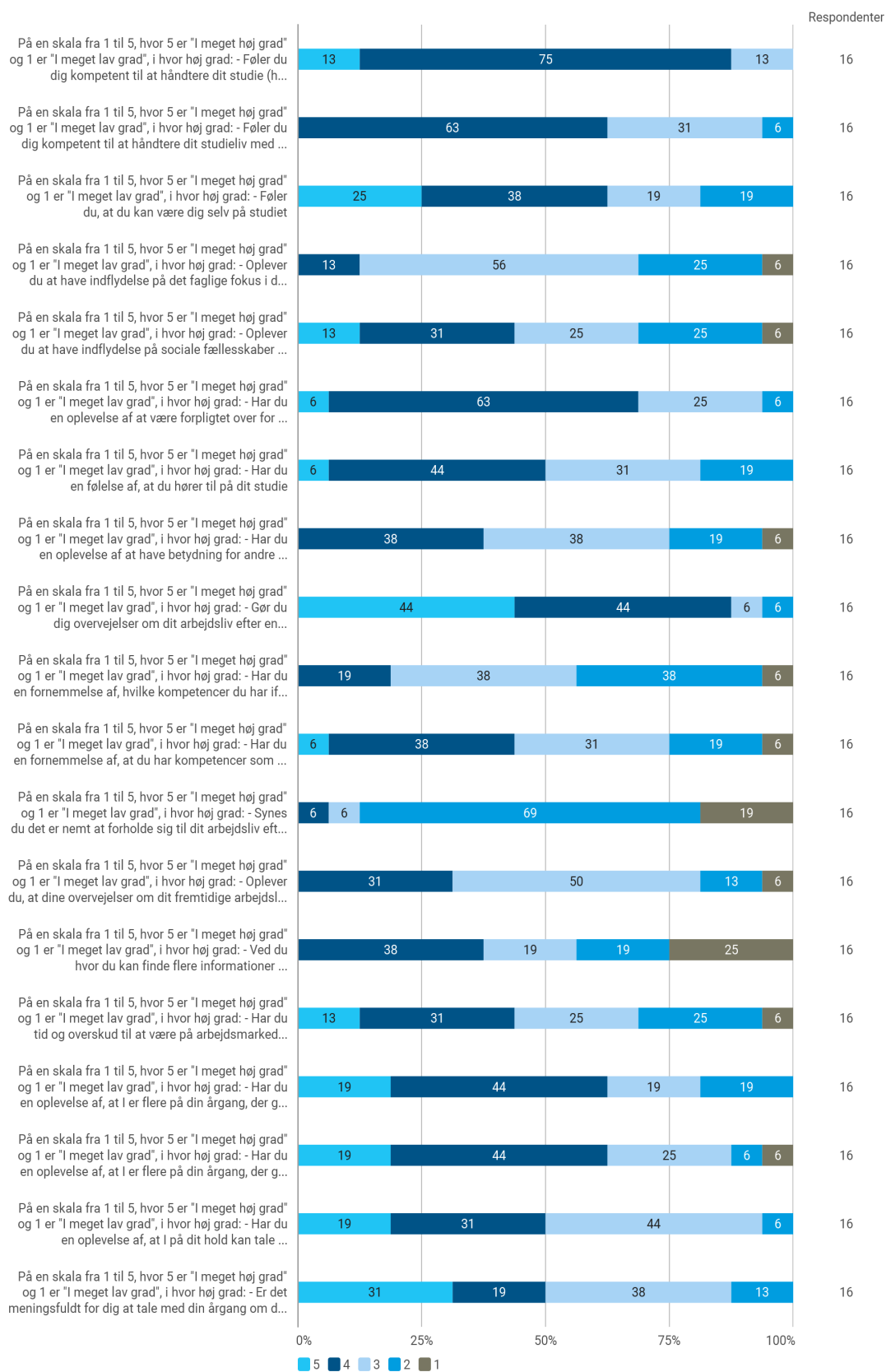
Det var de spørgsmål jeg havde. Jeg glæder mig til at se dine svar igennem, og du vil modtage samme skema igen om et par uger.

Alt godt,

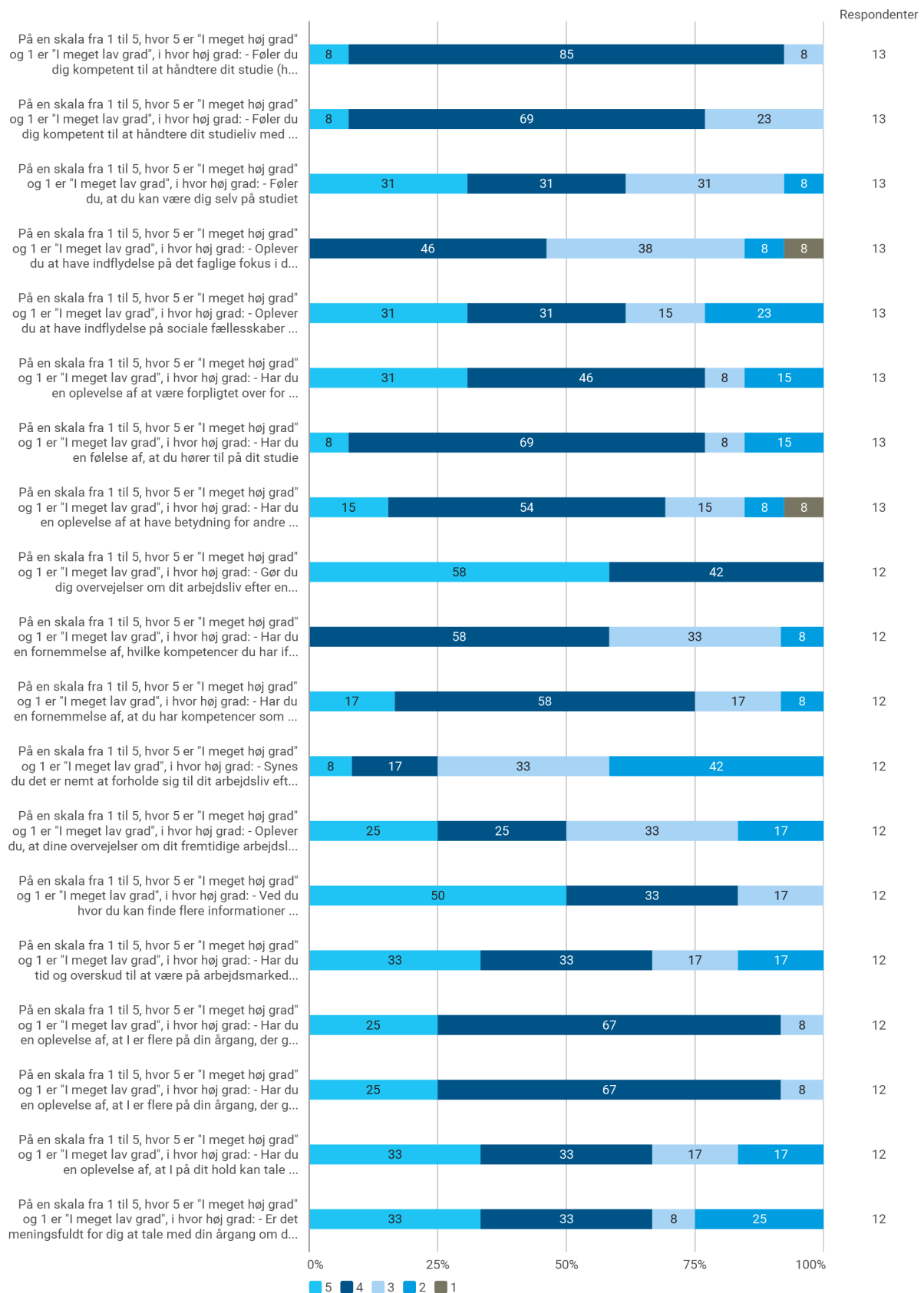
Maria fra Studie- og karrierevejledningen på Arts

Bilag 2 – Resultaterne af de studerendes besvarelse af Survey 1 og Survey 2

FØRSTE MÅLING - BA UDV 4. semester Aarhus



ANDEN MÅLING – BA UDV 4. semester Aarhus



Bilag 3 – Fokusgruppeinterview, 24. marts

Side 1. I forhold til trivsel. Hvad har indflydelse på, at I trives som studerende?

Det er et stort spørgsmål (de andre nikker/siger ja).

Jeg kan godt starte så. Jeg synes, at det med at have en fast studiegruppe som et fast holdepunkt, så man ved, at man har dem at komme op til, hver gang man kommer op på uni. At man både socialt føler sig tilpas, men også fagligt i den studiegruppe, man har. Det gør virkelig meget for min trivsel, at jeg har dem. Jeg ved, at der hører jeg til agtigt. At man har det der faste holdepunkt.

Jeg tror jeg er meget enig. Det der med en fast studiegruppe - det gør meget.

Det var også min første indskydelse. At det der med, at når man kommer op til foredragssalen, så ved man hvor man skal kigge hen. Den der tryghed man har.. Jeg blev lidt overrasket over, hvor meget det egentlig betød, at man har en studiegruppe. (andre nikker)

Så fællesskabet har betydning. Er der andre ting I kan komme i tanke om?

Jeg tænker også ift. undervisere. At man føler sig trygge i deres selskab. Og føler, at man kan sige til, hvis man har spørgsmål og så videre.

Hvad skal der til for at man føler sig tryk?

Det er et svært spørgsmål. Det er nok hvilken wibe de sender, hvis man kan sige det sådan. Man kan hurtigt mærke på folk, hvordan ens spørgsmål bliver taget imod. Det er lidt svært at sige noget konkret..

Måske også om de er der fordi de skal være der, eller om de er der fordi de har lyst. Man kan hurtigt mærke på en underviser, om de er engagerede, om de har lyst, eller om de gør det, fordi de skal, fordi de forsker.

Nogle gange lægger de også mere op til at vi deltager end andre gange. Det er der stor forskel på. JEg synes også, at der er forskel på, hvordan de griber en, når man kommer med et indspil. Et spørgsmål, en tanke - et eller andet. Måden de tager imod det på. NOgle er sådan "det er godt set", andre er sådan "skal lige tænke lidt". Men det, at man føler, at man bliver grebet i det man siger - det er virkelig rart.

Måske især ift. holdunderviserne. At man føler sig virkelig tryk ved dem, for det er et lidt mindre om, hvor man måske bedre tør stille nogle spørgsmål, som man måske ikke tør stille til forelæsningen, hvor der er så mange - og det er en forsker, der står der.

Forskerne er jo forskere. Men det er en envejs kommunikation. Hvor jeg synes det er vigtigt til hold, at man føler, at ens holdunderviser giver udtryk for, at de kan lide at være der, og at de er interesserede i os den anden vej også.

Ja. Er der andre ting ud over det relationelle, der har betydning?

Side 2. Jeg tror også, at altså, ved trivsel er der også en faglig trivsel. Det der med, at der kan være perioder, hvor man ikke føler, at man kan følge med. Og så er der andre, hvor man føler, at der kan man godt følge med. Så det har også meget stor påvirkning på, hvordan man går og har det.

Jeg tror også det handler om de forskellige emner. Om der er noget man synes er mere interessant end andet. Det kender jeg fra mig selv, at nogle gange får jeg ikke læst særlig meget til en forelæsning. Og andre gange får jeg læst næsten alt, fordi jeg synes det er spændende.

Det har jeg givet mig selv mere plads til på de senere semestre, hvor i starten troede jeg, at jeg skulle læse det hele. Men nu giver det mere mening at jeg ikke skal kunne det hele. Man går jo ikke til eksamen i det hele. Så man skal lade sin interesse være styrende, og det er der mere plads til i undervisningen.

Har I andet til den her med trivsel?

Altså jeg tænker også bare sådan det generelt at være oppe på UNI, at man føler, at man hører til, at man sådan. Det er klart kommet i løbet af de sidste to semestre. At nu kender man det hele, og man føler, at det er ens eget. Hvor selv der lige, hvor man startede, der var man sådan "shit det er stort - jeg kan jo slet ikke finde rundt". Hvor nu, man føler sig komfortabel i det. Og det tror jeg automatisk gør, at man trives mere, fordi man er vant med sine omgivelser. Man føler man hører til.

Det er ikke så stort og farlig og mærkeligt at være ny studerende, som det var i starten.

Lige præcis.

Jeg vil gerne spørge ind til, hvordan karriereovervejelser fylder i jeres hverdag? Og der mener jeg ift. karriereovervejelser - både for fremtiden, men også nu. Skal jeg have studiejob, skal jeg ikke? Hvad med frivilligt arbejde? Hvad kan jeg bruge min uddannelse til? Altså sådan nogle - det behøver ikke kun være karriere-karriere, men ja. Hvordan fylder karriere i jeres hverdag - hvis det overhovedet fylder noget? Kan I sætte ord på det?

Jeg har prøvet at søge studierelevante studiejobs, som jeg ikke har fået. Men det kunne jeg rigtig godt tænke mig. Jeg kan høre på mange, at det er der, hvor du ligesom får brugt det man har til forelæsninger. Det kan være fluffy at finde ud af, hvad man kan bruge det til, og hvad kan man bruge det til, når jeg er færdig. Så det kan være godt at prøve at bane en vej for sig selv.

Så når du søger det - er det fordi du gerne vil det? Eller er det fordi du hører andre sige, at det er en god ide?

Nej, det er fordi jeg gerne selv vil det. Jeg har en kæreste, der læser noget IT. Det tror jeg også har smittet af på mig. Det er også nogle af de jobs jeg har søgt. Om elæring og sådan noget.

Side 3: Man kan godt mærke, at det der med studiejobs - det er begyndt at fylde mere i løbet af. Specielt det her semester, synes jeg. Det er virkelig nogle overvejelser, folk er begyndt at have sig. Man hører lidt der og lidt der. Man begynder at komme ind i den der: Nå, okay - det kunne godt være, at man skulle prøve at finde noget..

Jeg synes også, at det er begyndt at blive mere en stress faktor, end det er noget man egentligt har lyst til. Der føler jeg, at for mig lige nu, at okay - jeg bliver nødt til snart at søge

et eller andet. Også bare det vi har i undervisning, at vi hører hvor vigtigt, at det med kompetencerne er. Man får det igennem undervisningen, og så får man det også udefra. Hvor vigtigt det er at få et studiejob og få de kompetencer.

Hvad er det for en stemme der siger det udefra?

Jeg har nogle veninder, der er færdiguddannet. Og de siger, at vejen til arbejdsmarkedet, det er gennem studiejob. Det er derfra, at jeg hører det. De er på arbejdsmarkedet. Og så man kan føle sig lidt. Ja, men hvor skal man starte henne?

Hvor opstår stressen?

Jeg tror, altså sådan. Det der med, at man har været inde og så har man været inde på jobbanken, og så har man søgt uddannelsesvidenskab, og så kommer der måske tre jobs op. Det er jo der, hvor det der karrierearrangement hjalp - at vi blev introduceret til linkedin. Det havde jeg ikke tænkt på før. Det der med at åbne den verden op. Også når vores uddannelse er så bred. F.eks. min veninde, der læser statskundskab, så kan hun finde nogle der siger, at vi søger en studentermedhjælper, der læser statskundskab. Og så let er det jo ikke for os. Så der tror jeg - der har vi nogle andre udfordringer ift. det. Der ligger mere arbejde i at skulle finde de jobs.

Vi har snakket lidt - i vores studiegruppe i hvert fald - om det der med, at der er en frustration i det med at søge studiejobs, fordi der er mange af de jobs vi har holdt øje med, som leder efter studerende, men nogle med erfaring. Den der med, at vi er studerende - vi har jo ikke haft noget studiejob før, så hvordan skal man få den erfaring, hvis man ikke bliver taget i overvejelse, hvis ikke man har noget erfaring. Det er en frustration vi har snakket om.

Den kan jeg godt genkende..

De søger nogle med erfaring, men hvor får man den erfaring fra, hvis der ikke er nogen, der vil give en en chance. Det har vi snakket om - at den erfaring kan være igennem andre, måske lidt mindre studierelevante jobs, som gør, at man engang får drømme studiejobbet, der giver rigtig god mening for din uddannelse. Så måske må man rejse lidt videre hen imod det.

Har I andre inputs til hvordan det fylder?

For mig tror jeg ikke, at det fylder vildt meget. Det er mest noget, der kommer op, når andre spørger ind til det. Sådan - har du et studiejob? Skal du have et studiejob? Hvad skal du blive bagefter? Så bliver jeg sådan: Nå, ja det skal jeg også forholde mig til. Jeg kan ikke Side 4: bare være i det studie jeg er i. Jeg skal hele tiden forholde mig til, hvad skal der ske bagefter. Så det er ikke noget der kommer inde fra mig selv, tror jeg.

Hvem spørger typisk til det?

Familie. Som ikke kender til uddannelsen. Jeg bliver sådan helt lettet, når folk siger, at den har jeg hørt om. Så er jeg sådan ahh, så skal jeg ikke til at forklare mig selv.

Man hader det spørgsmål så meget! Hvad skal du bruge det til? Hvad bliver man så?

Jeg tager mig i at forberede mig til - hvis nogen spørger mig til det her arrangement - hvad skal jeg så sige?

Nogle gange bliver man lidt i tvivl, fordi man ikke kan beskrive de kompetencer, jeg er i gang med at lære.

Jeg læser denne her uddannelse, men hvad er det jeg lærer? Det ser man måske ikke selv, når man er i det. Men når man så kommer på den anden side, så kan man måske bedre se, hvad det er man har lært. Jeg synes også godt man kan mærke det, når man... Jeg har mange venner, der læser til lærer. Vi har mange af de samme ting, teorier og sådan, som lærere. Vi har en lidt anden vinkel på det, som gør at vi skiller os ud på den måde. Så måske, når man kommer til at snakke med andre, så kan det være, at man får øje på, hvad det er vi kan. Det er et frygteligt forskel (de andre griner). Men jeg har aldrig prøvet, at folk spørger, og når jeg så svarer, at de så synes det lyder spændende. Når jeg forklarer - at de synes, at det giver god mening. Det vidste jeg ikke, at man kunne.

Jeg er nysgerrig på om de her overvejelser fylder mere nu end da I startede, og - vil jeg så tilføje - hvorfor tror I de gør det. Nogle af jer har nævnt, at det fylder mere på 4. Fylder det mere end da I startede, og hvis ja - hvorfor tror I så det?

Jeg synes det fylder mere. Øhm. Man føler, at det lidt. At tiden den er ved at rinde ud. Vi er færdige til næste sommer. Så hvis man skal have et studiejob, eller skal kunne få nogle kontakter. Noget netværk til arbejdsmarkedet, så skal det til at være nu. For at det giver mening.

Det tænker jeg også. Det tidlige aspekt. Da man startede, der kunne man godt - der er lang tid til. Men så går tiden også bare. Og så ja. Det er også det der med, at folk begynder at få studiejob. Det er måske noget der godt kan stresse. Nu har jeg selv lige fået studiejob og er glad for det. Jeg søgte ikke aktivt efter det. Men da der var flere omkring mig, der begyndte at få studiejob. Så tænkte jeg, at det kunne være man skulle prøve det. Så det er meget det tidlige.

NU taler I meget om karriereovervejelser som studiejob. Er det primært det der fylder, eller er der også andre tanker ift. arbejdsliv og fremtid? Eller det at være i interaktion med arbejdsmarkedet.

Jeg er begyndt at tænke mere over hvilke brancher jeg kan få job i, end jeg gjorde på tidligere semestre.

Side 5: Hvordan tror du det kan være?

Det er nok fordi, at nu er vi snart færdig med bachelor, og vi skal vælge en kandidat. Og der er flere at vælge imellem, hvis vi ikke vælger UDV. Det bliver oftere, at jeg tænker på, hvad det skal være for noget og hvor det kunne være henne. Og jeg har også aktivt været inde og se i karrierekataloget for Arts, hvad de forskellige kandidater kan føre til, og hvilke virksomheder, der ansætter sådan nogle som os.

Hvad fik du ud af at kigge i karrierekataloget?

Jeg sad faktisk lige og kiggede på det i går aftes, og jeg tror, at jeg blev lidt overrasket over, at der var mange der blev ansat indenfor kommunalt arbejde. Det var ikke vildt mange private virksomheder, der var blandt de kandidater jeg kiggede på og har overvejelser om.

Er det noget du er ærgerlig over? Positiv? Neutral? Eller?

Jeg hælder til at jeg er ærgerlig over det. Fordi jeg ikke har så god en holdning til det offentlige. Også fordi jeg selv har en søster og mor, der arbejder indenfor det offentlige. De

har arbejdet indenfor det i mange år. Men de kan ikke stige i løn. Selvom de gerne vil noget mere, så bliver nødt til at søge indenfor det private, fordi de ikke kan komme højere end det de er. Der tror jeg ikke rigtigt, at der er noget loft i det private.

Oplever I andre, at karriereovervejelser ud over studiejob fylder nu her?

Lige nu er det klart studiejob der fylder, fordi at det er der vi er. Men ja, så tror jeg, at jeg er blevet mere afslappet ift. det med karriere. Det er nok også fordi. Altså jeg har et job, hvor jeg har talt med mange kandidatstuderende om - også nogle der er færdige - de siger alle, at der er mange UDV*ere, der er gået før jer, som har banet for jer. I er mega heldige og arbejdsmarkedet efterspørger jer virkelig. Så jeg er blevet mere beroliget i, at der er jobs derude, og at de fleste komme i job ret hurtigt. Det der med, at der er mange før os. Folk ved godt, hvem vi er, selvom vi ikke lige går og tror det. Det har beroliget mig lidt. Jeg er blevet mere afslappet - der skal nok være noget, når vi kommer ud.

Jeg tror, at det der studiejob fylder, fordi det er blevet steppet inden. Det er ikke nok, at vi har den her uddannelse. Vi skal også have det andet erfaring, som f.eks. ved et studiejob. Det bliver en ekstra ting du også skal have på dit CV. Fordi det er så bredt, og vi ved ikke, hvad vi, hvilke jobs vi kan få. Så studiejob er en måde at networke.

Tror I det er vigtigere med et studiejob på en bred uddannelse end på en smal uddannelse?

...

Studiejobbet er ligeså meget for ens egen skyld. At man får øjnene op for, hvad er det man kan og hvor kan vi bruge vores uddannelse. At finde ud af hvilken retning man godt kunne tænke sig at gå, når man nu kan gå så mange forskellige veje. Så måske også bare finde selv lidt ud af hvad man gerne vil, for at teste noget af. Men det er der nok også andre måder at gøre på end at få et studiejob. F.eks. det der virksomhedsprojekt. At skabe

Side 6:

netværk, få nogle kontakter og prøve noget. Det behøver måske ikke nødvendigvis være et studiejob.

VI bevæger os videre over i at snakke om den workshop, som I blev udsat for i sidste uge. Jeg vil starte med at - meget lavpraktisk - at spørge om, hvad I husker fra workshoppen? Små, store ting. Det kan være, at det var noget med nogle sedler, der var lidt forvirring, altså sådan.. Hvad er det I husker fra workshoppen? Stort og småt

Jeg husker den tidslinje vi skulle lave. Det med at tænke over. Jeg kan ikke huske, hvordan spørgsmålet var formuleret. At de ting, der gjorde, hvordan vi var i dag. Tænke over, hvad var det, der havde defineret mig ift., hvordan det er i dag. Man skal lige tænke over, hvad det var for nogle ting. Det var meget sjovt.

Også måske hvordan de ting gjorde, at man var som man var i dag, egentlig var ret tilfældige. Det var måske ikke nogen stor, skelsættende begivenheder der gjorde at...

Ja, det er nogle valg man har truffet, uden at vide, at det skulle føre til - eller skulle være så vigtigt et valg, på en eller anden måde.

Jeg synes det var rigtig rart, at det skabte et rum for, at man kan snakke med sine medstuderende om nogle af de ting, man gik og tumlede med. Sådan noget med karriere - det kan godt blive lidt stort og sådan lidt vildt. Og der er også lang tid til og sådan.. Der blev der skabt et ret afslappet rum for at snakke om det. Også at snakke om nogle af de frustrationer man havde.

Jeg kan huske de der billeder vi skulle vælge. Og der tror jeg, at jeg sad og reflekterede rigtig meget over, jamen hvilken kasse passer jeg indeni? Hvad identificerer jeg selv som? Og hvordan ser jeg mig selv som studerende, og hvordan ser jeg karriere? Der var mange gange hvor jeg godt kunne se mig selv indenfor.

Hvad kan I ellers huske?

Også tidslinjen, som du nævnte.

Jeg synes også, at den der anden øvelse vi havde med, at vi skulle skrive vores interesser, var også meget sjov at snakke med de andre om. Så havde man måske selv skrevet noget ting. Og nogle ting gik igen. Og den man sad ved siden af havde skrevet noget andet. Det var spændende at høre, hvad de tænkte, og åbnede også op for ens egne tanker. Sådan, nå ja - jeg havde slet ikke overvejet, at man kunne gå i den retning. Det var også meget fedt.

Jeg synes også, at det var spændende at gå ind på jobindex. Vi gik også ind på Aarhus Kommune, og bare sådan så, hvad er der for nogle jobs herude. Der var meget der lød spændende ift. det jeg havde turdet håbe på, at der var derude. Det gav lidt positiv..

Jeg husker ret tydeligt det der karrierekatalog. Fordi det var sådan første gang, at jeg så noget konkret. Titler på folk fra vores uddannelse, som jeg ikke havde set før. Men ja, det er

Side 7

jo også bare mega bredt. Det var sådan i alle mulige retninger, synes jeg. Og igen også titler,

som var sådan meget sådan brede, sådan konsulent og sådan noget, og udviklingskonsulent, og sådan. Det er stadig meget brede titler som om - ja. Så det er jo konkrete titler. Men det er jo alligevel bredt, synes jeg. Men det var rart at se, at nå okay - de har fået jobs. Der er noget derude. Sådan en konkret liste. Og se alle de virksomheder, som ansætter sådan nogle som os.

Jeg synes faktisk også, at det at vi lige kort var inde på det der med linkedin. Det var faktisk også meget givende. Jeg var ikke på linkedin før den workshop. Men nu har jeg været på linkedin kursus - jeg tænkte, det skal jeg prøve. Man får lidt et spark i røven...

Ja, det satte også gang i linkedin i vores studiegruppe. At tilføje hinanden, billeder.

Og holdundervisere. Ja, det var meget sjovt.

Men det er nok meget godt, at man bliver præsenteret for det, og så bliver man lige mindet om, at nå - der er egentlig virkelig mange tiltag man selv kan gøre for at skabe mere overblik over det der karriere, og måske også få lidt mere ro på.

Så hvordan har det fyldt siden workshoppen? Har det sat nogle tanker i gang hos jer, ud over at lave en linkedin profil?

Jeg er nok blevet mere reflekterende over. Nu siger du ud over linkedin. Men vi har brugt meget linkedin. Når vi har haft nye forelæsere, har vi fundet dem, og kan se hvad de er uddannet indenfor. Og hvorfor står de og snakker om det her. Det gjorde jeg i går sammen med hende jeg sidder ved siden af.

Det er også meget, hvordan man fremfører sig selv på linkedin. For det er jo lidt et CV online. Også finde dem der læser på årgangen over os. At finde dem og se, hvad de har skrevet på deres linkedin side. Det ser forskelligt ud. Nogle skriver alt de har lavet siden de blev født. Andre skriver den uddannelse de har taget og det job de har lige nu. Det er meget sjovt at se.

Har der været en større usikkerhed, eller frygt eller sådan ubehag forbundet med at forholde sig til karriere efter I har været til workshoppen?

Nej, jeg synes faktisk, at det lagde en dæmper på det.

Jeg synes også, at det var en påmindelse om, at det er en ting, man skal forholde sig til. Det er måske noget man lidt har glemt i al læsning. At man ikke har forholdt sig til, hvad der skal ske bagefter. Det har både på godt og ondt været en påmindelse om, at der findes et liv bagefter.

Kan du uddybe det onde?

Karriere efter uddannelse fylder ikke meget for mig. Men det er spændende at se, hvad der er derude. Man bliver let - ikke provokeret - men sådan lidt, det er noget man burde kunne Side 8: lade være med at tænke over. Men når man så sidder der, så bliver man konfronteret med det. Det har måske været lidt overvældende, at det skal man også forholde sig til.

Kan man kalde det krav eller forventning?

Måske en ekstra stress faktor. JEG ved ikke om stress er for stort et ord. Men en ekstra ting der ligger oveni. Ved at have sådan en workhops, så bliver man konfronteret med, at det er noget man skal have nogle overvejelser om. Nogle man måske ikke havde så mange af inden.

Jeg tror også, at jeg lukkede lidt øjnene for det de andre semestrene. For der har hele tiden været de her workhops. Vi har fået beskeder på brightspace fra arts karriere, hvor jeg har været sådan lidt - det har ikke noget med mig at gøre - sådan skubbet det lidt væk. Så jeg synes da, at det var sådan lidt. Jeg følte mig lidt stresset, da jeg kom hjem. Også fordi, at jeg har ikke haft et job mens jeg studerede. Jeg føler ikke, at jeg har tid eller overskud til det. Det kan jeg godt fornemme, at det begynder alle andre at gå. En lille smule stress. Men også fordi - det er jo noget man skal forholde sig til.

Jeg synes også man skal tænke over om det er noget man selv vil, eller noget der kommer udefra, som man bliver påduttet. For mig er det at have et job ved siden af et dejligt afbræk fra at læse, og kunne fokusere på, at det er det jeg skal lige nu. Hvis man overhovedet ikke har lyst til eller overskud til det, så synes jeg, at man skal mærke efter, og ikke bliver for optaget af, hvad andre synes, at man skal gøre.

Det jeg mente med overskud - jeg sagde lige før - at det havde lagt en dæmper på det. Det var det med den tidslinje i forhold til, at der er mange tilfældige valg vi har taget, og som har banet for vejen hvor vi er nu. Der hvilede jeg mere i, at okay - jeg kan godt slappe lidt af med de tanker jeg havde i forvejen, for det skal nok komme. Om det så bliver tilfældigt, eller det bliver et valg jeg bevidst tager. Så skal der nok være noget på anden side af studiet.

Det er jo også den kliche med, at hvis du stopper med at lede efter det, så kommer det. Man skal nogle gange lade det være lidt, og så kommer det - yes, det tager jeg. Det er måske

også det der med at se, at der er meget derude. Men det skal nok komme vores vej. Ikke fordi vi ikke skal gøre noget, men ja.

Kan I huske, at jeg fortalte om en teoretiker, der hed Krumboltz. Kan I huske budskabet?

Var det det der happenstance?

Kan I huske hvad? Har én lyst til at sige, bare det I kan huske?

Hvad var det, at det blev oversat til til dansk. Var det det der tilfældig - et eller andet?

Planlagt tilfældighed.

Jeg kan ikke huske mere end det (folk griner).

SÅ det var ikke et budskab, der sådan har fyldt så meget?

Side 9: Underbevidst tror jeg, at det har. Også det med den tidslinje. Det var i den forbindelse du begyndte at fortælle om ham. Det der med planlagte tilfældigheder. Jeg tror, at det har været i den forbindelse, at jeg godt kunne lægge en dæmper på det, og ikke være så obs på det hele tiden.

Jeg tror, at jeg har været mere opmærksom på de små valg, der ligesom har været i løbet af livet, eller bare i løbet af de sidste 14 dage. Ting, man måske ikke tillægger så meget mening, når de sker, men som man så tænker tilbage på en uge senere. At ja, det var noget jeg ikke rigtig tænkte over. Men nu har det vokset sig større. Eller nu er jeg interesseret i et eller andet. Eller at det er tilfældigt, at du er blevet kæreste med en, der arbejder med IT, så der har du en opmærksomhed. Men nej - jeg har ikke sådan søgt på ham eller tænkt mere over det. Men det har været med til at sætte nogle begreber på noget man godt vidste i forvejen, så man er blevet lidt mere obs på det måske.

På et tidspunkt i slutningen i workshoppen, så siger jeg et eller andet med, at det kan være en god ide at få en eller anden relation til omverdenen mens man studerer. Men det er noget man skal godt, hvis man har overskud til det, eller sådan noget... Er det noget I husker, at jeg sagde? Og hvad tænker I om, at jeg har sagt det? Klinger det lidt hult eller, giver det mening eller sådan?

Jeg kan ikke umiddelbart huske, at du har sagt det. Men når du siger det. Så tænker jeg på ordet overskud. At det har fået en negativ klang. At hvis jeg ikke har overskud, så er det min egen tid. Vi læser jo alle det samme studie, så hvis jeg ikke har overskud, så er det vel fordi jeg ikke kan rumme ligeså meget som en anden. Og det synes jeg er ærgerligt. For hvis jeg trives godt med at have et job ved siden af, og nogen ikke gør, så er det ikke nødvendigvis fordi jeg kan mere end den anden. SÅ for mig har overskud fået en negativ betydning i den måde det bliver brugt på - og det synes jeg er ærgerligt. Jeg ved ikke om det er bare mig?

Nej - det giver rigtig godt mening. Hvis man bruger meget tid på studiejob, så har man mindre tid til at dykke ned i teksterne. Så det handler om prioriteringer. Og mærk efter, hvad der giver værdi for mig. Er det at have det der job ved siden af, som jeg føler, at får meget ud af. Eller er det at have tid til at dykke ned i teksterne og bruge meget tid på at læse, sætte sig ind i det, holde øje med nyheder.

Hvis mit studiejob giver mig energi til at gå hjem og læse, eller lave mere den dag. Og andre oplever, at studiejobbet er drænende, og de ikke kan mere den dag. Det er jo også en stor

forskel i, hvordan man oplever det. Og så er der jo ikke en der har mere overskud end den anden, så er det jo bare vores oplevelse af...

Det er nok også det der bliver farligt ved, at vi sammenligner os med hinanden. Nå, men I har studiejob. I laver så og så meget. I når at læse det hele til hver gang. Men. Altså hvis man så insisterer på at kværne igennem alle teksterne, og alligevel ikke får noget ud af dem, så er det måske bedre at bruge tid på noget andet, som giver mere værdi. Det er så nederen at sige, men at mærke efter, hvad man selv synes, at man sådan. Det er bare nemmere eller sværere sagt end gjort.

Side 10. Nu har vi snakket lidt trivsel til at starte med. Vi har snakket en hel del karriere og workshop. Og nu vil jeg gerne høre jeres overvejelser om sammenhængen mellem jeres trivsel som studerende og overvejelser om karriere. Er der en sammenhæng der? I nævnte ikke indledningsvist, at det at overveje karriere havde indflydelse på jeres trivsel. Men nu spørger jeg så direkte til det - om I ser en sammenhæng mellem trivsel som studerende og overvejelse om karriere?

Jeg tror ikke de to hænger særlig meget sammen for mig. Jeg forestiller mig - igen for at tage jura studiet - at der hænger trivselen meget sammen med det her med - trives jeg godt fagligt, og er jeg bange for, at jeg ikke kan få et job efterfølgende, fordi, at jeg kan se omkring mig, at de andre klarer sig bedre. Der sammenligner de sig måske endnu mere. Og der tror jeg ikke, at de to hænger særlig meget sammen for mig. Jeg har adskilt det med at trives på mit studie, og så det der kommer bagefter. Det er meget adskilt for mig.

Ja, der tror jeg, at jeg er ret enig med dig. Jeg kan heller ikke lige se, hvordan de to skulle hænge sammen. Så skulle det være i forhold til, at jeg får mere blod på tanden af at tænke mere på det karrieremæssige og snakke med mine medstuderende om det.

Jeg tror måske jeg synes det hænger en lille smule sammen. Jeg føler i hvert fald, at det at jeg trives i fagene. At jeg synes det er spændende. Det, at jeg synes at noget er spændende gør noget ved min trivsel. Og hvis man synes noget er spændende, så er det jo også noget man har lyst til at arbejde videre med, og noget man godt kunne tænke sig at gøre mere af bagefter, så det at jeg trives i nogle af de semestre vi har haft, gør jo også, at jeg finder ud af, at det er den retning jeg gerne vil gå senere.

Det kan jeg også godt følge. Man bliver bekræftet i, at det her synes jeg er interessant agtigt. Hvis man havde en tvivl, så er det virkelig rart, når man læser noget, hvor mange tænker, at det er virkelig spændende. Så det kan jeg godt se mig beskæftiget med. Det er måske mere den faglige trivsel.

Men jeg tror også, at det at man trives godt socialt, gør jo også, at man synes det er fedt at læse. Og hvis man synes det er fedt at læse, kommer man jo også ud på den anden side og tænker tilbage på sin studietid som noget godt, og noget man er stolt af, og derfor vil man gerne arbejde videre med det. For mig betyder det, at jeg trives socialt også noget for min videre karriere.

Måske også i forlængelse af det at mærke, at dem man læser sammen med, synes det samme er spændende. At det er validt nok, at man synes det er spændende, for det gør de andre også. Man er der jo allesammen, fordi man synes det er fedt.

Jeg vender spørgsmålet på hovedet og spørger om karriereovervejelser kan bidrage til mistrivsel, eller til at man trives mindre på sit studie?

Det kommer an på hvilken klang karriere får. Hvis det bliver for meget konkurrence. Hvis studiejobs kommer til at handle om, at vi alle søger de samme jobs, så fører de nok til flere spidse albuer, og man holder kortene lidt tættere på kroppen. Mens hvis det er noget vi taler om i fællesskab, noget vi ligesom snakker om på en god måde, så tror jeg, at det er positivt. Det kan ligesom få - både positivt og negativt.

Side 11

Måske igen også for at vende den tilbage til om man har overskud til både studiejob og til at tænke over, hvad jeg skal efterfølgende. Og har man gjort sig overvejelser om kandidat, og hvad skal jeg efter.

Ja, det kan jo også blive en stress faktor og ende med at gå ud over trivslen, hvis man ikke er klar til at rumme alt det, så kan det blive stressende og virke for meget. Mens andre måske er virkelig klar til det, og synes det er mega motiverende at begynde at overveje så langt.

Jeg tror jeg trives godt i ikke at tænke for meget over det. Det der med at få alle de beskeder, og der er også det der arrangement. Og måske bare lige sige, at det har jeg ikke brug for at tænke så meget over i den her periode. Og hvis jeg efter min bachelor tager et år, hvor jeg ikke studerer, så er det også okay, og så må jeg tage den der. Jeg trives godt i at få en pause fra at tænke på det.

Måske også meget godt at få påmindelsen, så man kan tage valget. Er det noget jeg vil beskæftige mig med nu, eller vil jeg skubbe det lidt. Det er rart at vide, at det er der. Ja, det er jo også det ift. arrangement vi var til. Jeg gik derind med en forhåbning om en åbenbaring med min karriere. Det var jo ikke det man kom ud med. Men man fik påmindelsen om, at det er en ting. Men den måde det hele foregik på, var jo ikke sådan, at det bare blev serveret. Men det var en invitation til at reflektere over sin karriere. Og det var også det man kom ud med. På den måde synes jeg det bidrog til ens trivsel.

Så det at få gjort de refleksioner gav noget til din trivsel. Kan du sætte lidt flere ord på?

Det der med. Vi talte også om i studiegruppen, at man ligesom havde gået med alle de der tanker. Men man havde gået med dem selv. Men så få sat ord på dem. At okay, vi havde alle tænkt på det med studiejob og generelt hele fremtiden. At få åbnet op for den snak - og at have den sammen - synes jeg virkelig gør noget.

Er der nogle af de input I har fået på workshoppen som har påvirket jeres oplevelse af at trives? Hvorfor/hvorfor ikke?

Jeg tror det der med linkedin, det har gjort noget i vores studiegruppe. Der er nogle der går rigtig meget op i det. Det er jo blevet en ting vi tyer til, og har sammen.

Det er måske fordi, at det er så håndgribeligt. Så føler man, at man gør noget, ved at udvide vores netværk. Og måske også noget vi ikke kender til, for det er jo et socialt medie. Det er jo det vi gør til dagligt. Vi er jo vokset op med det her. Det er en nem måde at komme ind, og man skal jo starte et sted.

Det føles ikke så farligt at snakke om karriere som jeg synes det godt kunne være før, for nu er der blevet prikket hul på bylden. Nu kan man godt snakke med nogle andre om det. Ikke at jeg var bange for at sige det før. Men nu er emnet ligesom taget op. Og dem der ikke var med til workshoppen, har vi jo så fortalt hvad det handlede om. Så det er jo noget vi er begyndt at tale om, som ikke var et emne før.

Side 12: Det er godt med lidt kvalificeret viden om, hvad der er derude. Det føler jeg ikke jeg havde før. Og så går man ikke ind i den samtale. Hvis man ikke kender til det, så lader man

bare være med at sige noget, når man ikke kan bidrage. Men det føler jeg, at jeg kan nu, så det er rart at få lidt på det.

Hvad tror I, at der skal til for at karriereovervejelser fylder på en passende måde for jer? Hvad kan I selv gøre? Hvad kan UNI gøre?

Jeg synes det har været rart, at der har været mulighed for at komme til lignende arrangementer og vide, at de er derude. Også den der med alumner, og høre om det de går og laver. Det med, at det er et tilbud. Det er ikke noget vi skal. Det er nemt at melde sig til. Det er online. Man kan bare tænde for det. Det er rart at vide det. Og så kræver det bare, at man selv gør det. Det er rart, at det er et valg.

Det er godt, at AU tilbyder det, så man selv kan gå til det, når man er klar. Også fordi der er flere arrangementer i løbet af semestret. Det er ikke fordi, at man aldrig kommer til at deltage i sådan noget, hvis ikke man lige har deltaget i det på 3. semester.

Ja, det er allesammen løse arrangementer. Det er ikke noget, hvor det ene forudsætter, at man har været til det andet. Man kan hoppe ind der hvor man lige er.

Jeg synes egentlig også, at det har været meget passende. Vi har ikke haft nogen bundne arrangementer om karriere. Men at man selv kan vælge. Men jeg tror jeg tænkte der første semester, hvor vi fik en karrierebesked, hvor jeg sådan tænkte - okay, er det noget vi skal forholde os til på første semester. Men jeg deltog jo heller ikke i det. Ja, så lidt overvældende. Men egentlig godt, at man har valget.

Jeg tror ikke nogen deltog på det ved 1. semester. Jeg synes det var for overvældende.

Jeg tror jeg var med til det på første semester. Jeg tror på det tidspunkt, var det jo bare langt ud i fremtiden. Sådan stort og vildt, og ikke noget man følte, man var klar til. Men det er rart at vide, at sådan noget er der. Og få en ide om, hva.. Altså da jeg startede tænkte jeg - jeg aner ikke hvad jeg skal bruge det her til. Så er det jo meget rart at få et indblik i hvad man kunne.

Ved du nu hvad du skal bruge det til?

Nej, det ved jeg overhovedet ikke. Men ja. Men nok bare sådan at underbygge den der med, at det er ens eget valg, og man skal selv vælge det til og fra som man synes, når man er klar til det. Man skal gå ind i det, når man er klar til det. Og på den måde, at man selv kan rumme det.

Det skal man jo også bagefter. Der er jo heller ikke nogen der kommer til en bagefter og siger, nå nu får du det her job. Det er på en eller anden måde også meget - det stemmer godt overens med sådan det er bagefter. Det er jo også dit eget ansvar. Det synes jeg generelt er godt på UNI, at der er meget, der er ens eget ansvar. Både læring, men også hvordan man planlægger sin tid. Man skal selv ud og søge det, og opsøge det.

Side 13: Jeg tror også, at det er meget godt, at arrangementerne ligger online. For så virker det knap så farligt. Og så kan man også selv begynde at tage stilling til om det er noget jeg vil eller ikke vil deltage i. For man har jo ofte en tendens til at spørge andre om de vil deltage i det sammen med mig, når det er fysisk fremmøde.

Der er det lidt noget andet. Jeg har f.eks. været til endnote kursus, som var fysisk. Der var jeg alene. Der sidder man med noget fysisk man skal lære. Men her er det jo, ligesom workshoppen, noget man aktivt skal deltage i. Men hvis man fysisk tropper op alene, så tror

jeg det vil være overvældende for mig at gå ind i det. For jeg tror der forventes noget af mig, mere end et endnote kursus. Derfor ville jeg ikke tage til det alene.

Jeg synes det var rart, at workshoppen var et tilbud - kun til os. Det var det første arrangement, jeg har været til. Fordi det henvendte sig direkte til mig. Det er ikke sådan noget "alle på Arts". Det er specifikt til mig, eller til dem der er på samme stadie som mig. Det synes jeg var virkelig rart. Også at det er nogen man kender, der kommer. Det synes jeg var virkelig rart.

Er der noget der mangler at blive sagt som I gerne vil dele?

Jeg synes der er virkelig mange fede arrangementer og kurser på Arts Karriere. Og efter den der workshop, har jeg fået øjnene op for hvor mange der er. Både linkedin kursus. Og nu har der været det der med, hvis man gerne vil være underviser. Der er sandsynligt mange. Man får jo beskederne på brightspace. Men nu har jeg virkelig fået øjnene op for, at wow der er mange, og det giver god mening at bruge de arrangementer.

Det var måske noget man lukkede øjnene lidt for før, fordi man tænkte - det har jeg ikke tid til.

Man begynder at blive mindre - jeg skal op til den her eksamen, den skal jeg bestå - jeg må til kursus i at gå til mundtlig eksamen. Nu er man mere sådan, på lang sigt. Det er min fremtid. Det her interesserer jeg mig for. Det er igen overskud - på en god måde, fordi vi er længere på uddannelsen og får mere overskud til at tænke over hvad der kommer bagefter, og ikke så meget - jeg skal til eksamen om to uger.

Vi kommer igennem det på en god måde.

Ja

Bilag 4 – Procesdesign

Drejbog for karrierelæringsindsats og opfølgning

Procesdesign			
Tid og sted	Tirsdag den 14. marts kl. 9.00 - 11.00 i lokale 1441 - 113 (de studerende har undervisning her fra kl. 11.15)	Forplejning og rammer	servietter Crossainter
Formål	Primær: <ul style="list-style-type: none">• Udvide de studerendes perspektiver for karriere- og arbejdsliv med afsæt i Krumboltz teorier• Styrke de studerendes selfefficacy Sekundær: <ul style="list-style-type: none">• Styrke dialog og vidensdeling mellem de studerende	Procestrin	21.2.2023: Invitere studerende til at deltage den 14. marts 7.3.2023: Sende spørgeskema om trivsel og karriere til de studerende, der skal deltage på workshoppen og til kontrolgruppen. Her også reminder til de studerende om workshoppen 14.3.2023: Afholde workshoppen 24.3.2023: Afholde fokusgruppeinterview for en håndfuld studerende som opfølgning på workshop 30.3.2023: Afholde arrangement om alumner i

			arbejde for Uddannelsesvidenskab
Deltagere	18 studerende fra fra BA UDV 4. semester Aarhus har sagt ja til at være med.	Resultat	Føres løbende i logbog som observation fra 14.3, samt data fra tilknyttet survey og opfølgende fokusgruppeinterview
			Facilitator: Maria Solhøj Madsen, Studie- og karrierevejleder Arts Referent: Marianne Lemming, Arts Karriere

Workshop med karrierelæring tirsdag den 14. marts 2023						
Star t	Ti d	Trin/titel	Indhold (formål og aktivitet)	Ansvarl ig	Kommenta r	Materiale r
9.00	10	Dropin kaffe og crossaint?	Få deltagerne til at føle sig tilpas Deltagerne sætter sig i grupper af 4. Målet med at sætte dem i grupper er, at de får et mindre fællesskab til dialogerne, og at jeg får mulighed for at lytte til flere fortællinger. Derudover hjælper sedlerne til at få dem blandet og løst fra vante gruppekonstellatio ner.		Grupperne indeles efter tilfældighed , hvor deltagerne trækker en farve, som også er på bordene	Postits i forskellige farver saks Deltagerli ste

9.10	15	Hvad er karriere/arbejdsliv for dig?	<p>Deltagerne udvælger et billede som de synes passer til deres blik på karriere/arbejdsliv og beskriver det i grupper.</p> <p>Målet er, at de studerende taler sig ind i emnet, og bliver trykke ved grupperne.</p> <p>Her med slide "om karriereplaner"</p>		Maria går rundt og lytter og noterer imens	Udvælge og udprinte 8 billeder til hvert bord
9.25	10	<p>Øvelse: Lav tidslinje over uplanlagte begivenheder, der har medvirket til, at du er hvor du er i dag (studie, efterskole, højskole, job, udlandsophold, venskab etc.)</p> <p>Del med sidemakker</p>	<p>De studerende får igangsat refleksioner om tilfældigheder i deres eget liv, og får øje på deres erfaringer med planned happenstance</p> <p>Målet er, at de skal se, hvordan de allerede har gjort sig erfaringer med tilgangen i deres livskarriere</p>		Grupper a to	Papir og pen

9.45	10	PAUSE				
09.55	7	Øvelse: Tegn dit interesseboard med emner, virksomheder, jobfunktioner du er nysgerrig på	Målet er, at de studerende får gjort sig overvejelser om, hvilke områder de er har interesse i, og er nysgerrige på. Dette som afsæt for at se mulighedsrummet foran sig, som det ser ud dd.			A3 ark Farvekridt
10.05	10	Værktøjer til undersøgelse: Jobkatalog og LinkedIn (også Jobindex?)	Præsentation af Arts Karrieres Jobinspirationskatalog med eksempler på stillinger og virksomheder. Eksempel på, hvordan man kan fremsøge alumner via LinkedIn	Maria underviser		Tjek at link virker til katalog
10.15	15	Øvelse: Luppen i hånden og undersøg et område på dit board	De studerende får i grupper a to tid til selv at undersøge et af deres områder via nettet. De kan f.eks. bruge LinkedIn, google virksomheder,			

			jobopslag eller andet			
10.30	10	Fælles opsamling - præsentere fund for hinanden	<p>Målet er, at de studerende får dels deres fund, ideer og viden med hinanden til gensidig inspiration. Måske vil nogle studerende få lyst til at tilføje noget til deres boards undervejs.</p> <p>Opsummerende pointe om, at de kan opsøge interesseområderne, og se hvor tilfældighederne kommer i spil</p>			
10.40	5	Forbered 1 - 3 spørgsmål til alumnerne forud for Karriereveje for Uddannelsesvidenskab den 30. marts	De studerende bliver præsenteret for karrierearrangementet den 30. marts, og bedt om at formulere 1-3 spørgsmål, som de vil stille alumnerne, på deres telefon.			

10.4 5		Tjek ud - menti Tre ting jeg særligt tager med fra i dag	Målet er, at de studerende får overvejet, hvad de særligt tager med fra i dag. Og at jeg får nogle direkte input til, hvad der har gjort indtryk.			Tjek mentimete r virker
10.5 5		Næste survey Fokusgruppe	Med ønske om at få nedsat gruppen til opfølgende interview.		Fokusgrupp en har jeg udvalgt via lodtrækning forinden (4 studerende og 2 buffere, hvis ikke alle fire er på workshoppe n).	Liste med udtrukne til Fokusgrup pe
11.0 0		Tak for i dag				

Bilag 5 – Slides fra workshoppen



1



2

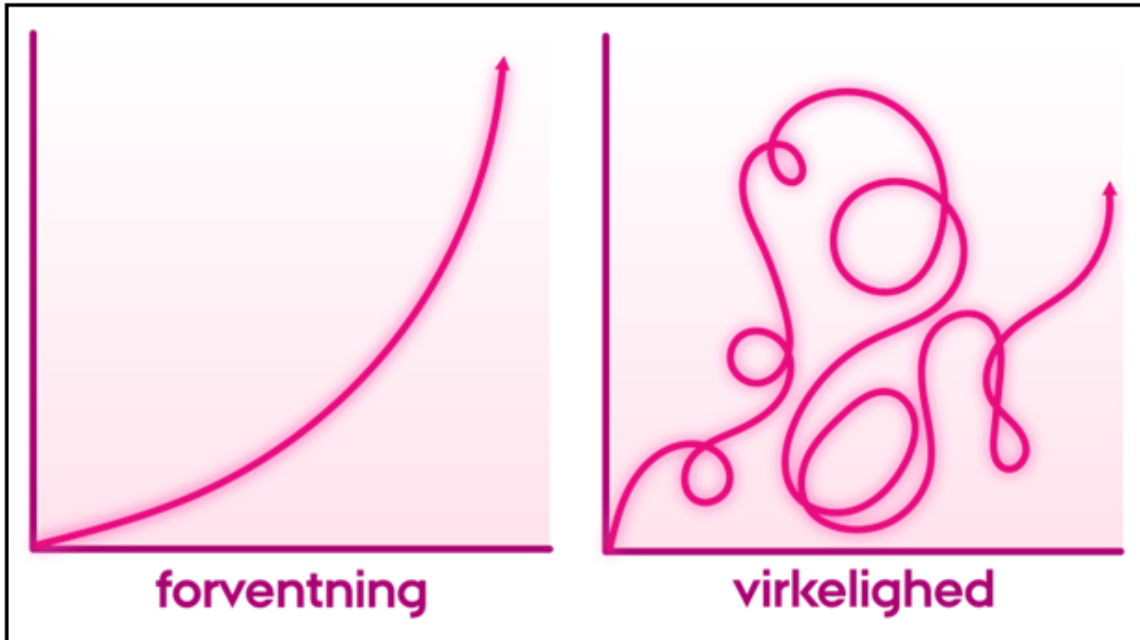
Hvad er karriere/arbejdsliv for dig?

Tag afsæt i et billede og del dine overvejelser med gruppen

3



4



5

 AARHUS
UNIVERSITET

Krumboltz og Planned happenstance

- Nye tendenser på arbejdsmarkedet:
 - Flere skal arbejde i små- og mellemstore virksomheder
 - Arbejdsmarked og privatliv i konstant forandring
- Uplanlagte begivenheder som afsæt for læring
- Udforskning generer muligheder
- Uafklarethed som afsæt for læring

(Krumboltz, 1998; 1999; 2009)

Relevante kompetencer

1. **Nysgerrighed:** udforske nye læringsmuligheder
2. **Udholdenhed:** gøre en indsats på trods af nederlag/tilbageslag
3. **Fleksibilitet:** åbenhed overfor nye holdninger og muligheder
4. **Optimisme:** se på nye muligheder som mulige og opnåelige
5. **Risikovillighed:** tage chancer på trods af usikre udfald

(Krumboltz, 1999)

7

***“When you make future plans,
you better write in pencil and
have an eraser ready”***

Krumboltz, 2004



Andreas Røge Jepsen • 2

Uddannelsesvidenskab (KA) på Aarhus Universitet og Studentermedhj...
111 •

+ Følg

Jeg har regnet lidt på det.

I min tid som studenterstudievejleder på cirka 2,5 år har jeg snakket med 2000+ nuværende og kommende studerende. Det har været udfordrende, berigende, lærerigt, komisk, særgeligt, opløftende ... Hele følelsesregisteret bliver aktiveret som vejleder, og jeg savner det og mine tidligere kollegaer allerede.

Men jeg er blevet bidt af at arbejde med min egen og andre idrætsforening(er). Og i tro med et af de vejledningsråd, jeg har ytre hyppigst, er det et fremragende eksempel på "planlagt tilfældighed", det jeg er i færd med.

Jeg kan ikke forudsige fremtiden, men jeg kender mine interesser, og dem følger jeg nu. Derfor er glad for at kunne dele, at jeg efter et lærerigt praktikophold fortsætter hos Idrætssamvirket Aarhus, nu som studentermedhjælper!

Så må vi se hvilke døre, der åbner sig ...

9



Lav en tidslinje over store begivenheder og valg i dit liv. Overvej hvornår og hvordan tilfældighederne spillede ind.

Fritidsaktivitet, Efterskoleophold, Højskole, Sabbatår, studiejob, frivilligt arbejde, studievalg, bopæl, relationer...

11

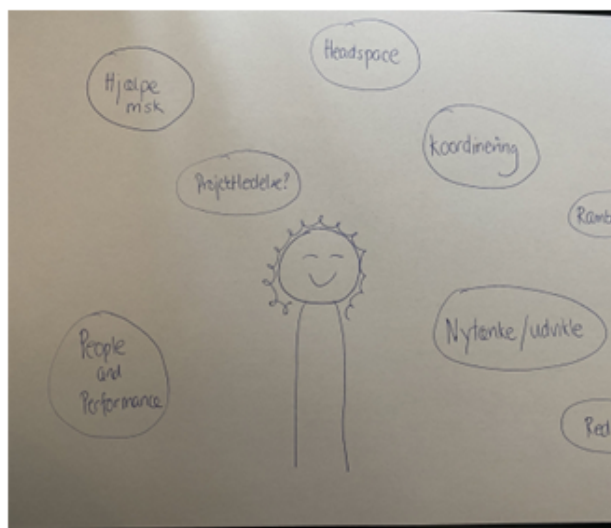
// DET ER TID TIL EN PAUSE



Interesseboard

Udfyld dit personlige interesseboard med:

- Arbejdsområder du synes er interessante
- Virksomheder/organisationer du er nysgerrig på
- Emner, du er nysgerrig på
- Jobfunktioner du er nysgerrig på



13

Værktøjer til undersøgelse



LinkedIn

Jobindex

14

Øvelse 2 og 2: Luppen i hånden og undersøg et område på jeres board

Virksomhed, jobopslag, alumneprofiler på linkedin, karrierekataloget...

15

Karriereveje for Uddannelsesvidenskab

Torsdag den 30. marts, 16.15 – 18.15

Formuler 1 – 3 spørgsmål som du gerne vil have besvaret ved
arrangementet (hvis du deltager 😊)

Alumner:

Maiken Grøntved, Adjunkt ved UC Syd

Ann-Margrethe Edvardsen, Uddannelseskonsulent Region Sjælland

Nana Elbæk Udviklingskonsulent hos CoC Playful Minds

Isabella Sjøstedt, Talent & Culture Coordinator

[Tilmelding HER](#)

16

Tjek ud

Skriv 3 ting, du tager med fra i dag:

Go to www.menti.com and use the code 8646 0025



17

Studerendes respons på menti

Forvirring	karrierevejen kan være mere kringlet end man regner med, men det er ikke nødvendigvis en dårlig ting)	Udveksling af tanker omkring karriere, arbejdsliv rum
At være mere nysgerrig på LinkedIn - der er meget viden om forskellige jobs.	Vil udforske linkedin	Se det kommende (karriere) som et mulighedsrum for læring og et rum der er åben for at udforske. Har længe måske set det mere skræmmende. Derudover har jeg føjet blod på tanden ift. LinkedIn!
Godt at have netværk på LinkedIn	Mere ro omkring karriere	Større overblik over mulighederne ved
Refleksion over eget "tilfældige" livsforløb indtil videre	Hvad LinkedIn kan hjælpe med - også i forhold til studieinh.	Karrierekatolog som behjælpeligt til jobsøgning
	Veje kan åbne sig ved en tilfældighed	At det at være udfikaret omkring karriere og at det kan være godt for ens læring under studiet
	- Hjemmesider/medier jeg kan anvende - Mere ro i maven omkring karriere - Helt ok at ens karrierevej ikke er fastlagt. Det skal nok komme <3	Specifikke "titler"
	Hvilke hjemmesider jeg kan bruge for at se karrieremuligheder	Vil prøve at oprette en LinkedIn.Fundet mere ro i, at jeg ikke ved, hvad jeg vil endnu Er blevet mere nysgerrig på at søge efter inspiration til jobs
		Mere positivt syn på karrieremulighederne, og mere ro omkring det
		Der er også fordele ved at være udfikaret

18

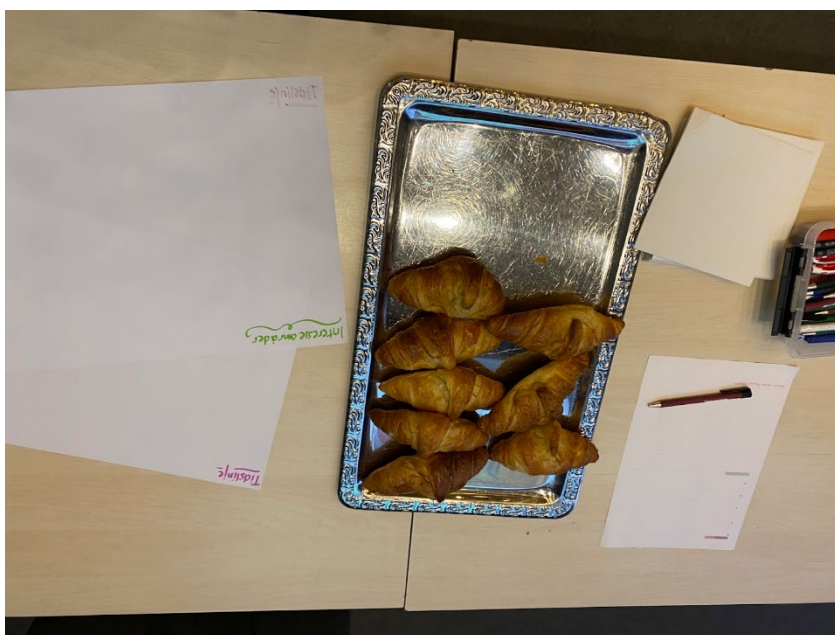
Bilag 6 – Logbog over workshop

Før workshoppen

Jeg kom lidt sent ned i lokalet, og fik ikke introduceret postits med hvor man skulle sidde godt nok. Jeg tror dog, at det lykkes at få dem fordelt på en god måde.

De studerende tog fint imod plakaterne og crossainterne 😊 På plakaterne havde jeg forinden angivet deres navn, så jeg vidste hvem der deltog.

Der kom 17 studerende til workshoppen. To af de 18 studerende, der havde skrevet sig op til at ville deltage på workshoppen meldte sig syge fra morgenen af. 1 studerende kom uden at have været tilmeldt - og havde dermed heller ikke fået tilsendt surveyen forinden eller efter.



Hvad er karriere/arbejdsliv for dig?

De studerende snakkede aktivt med hinanden, og mange bød ind i den fælles opsamling af øvelsen.

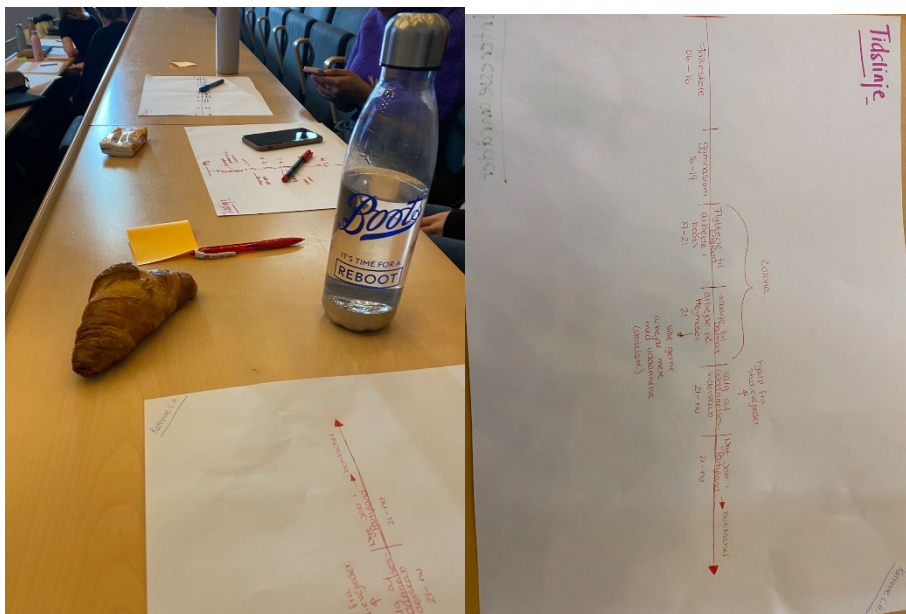
Hvad er karriere/arbejdsliv for dig?

Tag afsæt i et billede og del dine overvejelser med gruppen



Indføring i Krumboltz

Jeg havde glemt at sætte tid af til indføring i Krumboltz, så de fik lidt kortere tid til at lave en tidslinje. Men de kom ret langt på bare 5 minutter. De snakkede lystigt og havde mange gode eksempler på, hvordan tilfældighederne havde været i spil indtil nu. De delte disse i grupper af to.



Interesseboard

Her fik de studerende 7 minutter til at tegne et interesseboard, hvor de skrev områder ned som de fandt interesse for. Det virkede til, at de havde ok nemt ved at skrive ned. Men jeg overhørte også nogle sige, at det var svært at blive skarp på, hvad de interesserede sig for.

Derefter introducerede jeg dem til karrierekataloget, LinkedIn og Jobindex som steder, hvor de kunne udforske deres nysgerrigheder. Det bad jeg dem gøre i par - 15 minutter.

Værktøjer til undersøgelse



Fælles opsamling

Der er en mathed i forsamlingen. Folk er trætte. Få siger noget. En taler om, at hun har fået mere blod på tanden ift. linkedin, som virker som et godt værktøj. Jeg spørger om nogle vil fortælle, hvad de har skrevet på boardet, eller hvad de har lavet i undersøgelsestiden, eller om de har nogle spørgsmål. Ingen siger noget. Jeg går ind i de områder, man har spurgt ind til undervejs, mens jeg har gået rundt. F.eks. hvilken titel man får som kandidat i Uddannelsesvidenskab. Om stillingsopslagene efterspørger den titel. Hvad de får i løn. Jeg henviser her til Uddannelseszoom.

Forbered spørgsmål til Karriereveje for Uddannelsesvidenskab og Tjekud

De går fint ind i at lave spørgsmål til arrangementet Karriereveje for Uddannelsesvidenskab. De laver også en fin tjekud via mentimeter (se bilag x). Vi afstemmer hvem der skal deltage ved fokusgruppe.

De virker glade. En kommer ned og siger, at det har været rigtig godt.

Jeg har en god fornemmelse da jeg går derfra.



Bilag 7 – Interviewguide

Tema: Trivsel - <i>de studerendes oplevelse af, hvad der skaber trivsel</i>
Hvad har indflydelse på, at I trives som studerende?
Tema: Karriere - <i>de studerendes oplevelse af, hvordan karriere er i spil</i>
Hvordan fylder karriereovervejelser i jeres hverdag? (obs på hvem, hvornår, hvordan) Fylder karriereovervejelser mere eller mindre nu end da I startede på uddannelsen?
Tema: Takeaway fra workshopen
Hvad husker I fra workshopen i sidste uge? Små og store ting Har workshopen sat gang i nogle tanker? På hvilken måde? Har I talt med hinanden på årgangen om inputsene fra workshopen? Hvorfor/hvorfor ikke?
Tema: Trivsel&Karriere - <i>hvordan ser de studerende sammenhængen mellem de to?</i>
Ser I en sammenhæng mellem jeres trivsel som studerende og overvejelser om karriere? Hvordan påvirker karriereovervejelser jeres trivsel? Påvirker input, som den I fik på workshopen, jeres oplevelse af at trives? Hvorfor/hvorfor ikke?
Tema: Fremadrettet - <i>har de studerende nogle ideer til fremadrettede tiltag, som kan have en positiv indflydelse på deres trivsel i relation til karriere, og i det hele taget?</i>
Hvad tror I der skal til for at karriereovervejelser fylder for jer på en passende måde? Hvad kan universitetet gøre? Vi har haft fokus på trivsel med afsæt i karriere. Hvilke andre områder kunne universitetet oplagt kigge på, når man ønsker at styrke jeres trivsel under studiet?

