

Identifiera personliga kriterier

Att identifiera personliga kriterier handlar om att stödja deltagaren att bestämma den personliga standard som ska användas för att bedöma och jämföra olika utbildningsalternativ och miljöer. Beroende på graden av personligt insikter och medvetenhet kan fasen upplevas som en utmaning för vissa deltagare. För att identifiera personliga kriterier kommer vi att analysera en tidigare skolerfarenhet, specificera framtida preferenser samt genomföra en värderingskartläggning.²⁹

Övning 4: Analysera tidigare skolerfarenhet

Deltagaren kan via stöd och vägledning analysera en tidigare erfarenhet för att bestämma vad denne gillar och inte gillar för att på detta sätt få redskap som kan vägleda denne i framtida beslut. Denna övning går ut på att analysera tidigare personer, platser och aktiviteter i en skola deltagaren har gått i för att kunna omformulera erfarenheten till personliga kriterier. För att genomföra övningen så kan du ställa följande frågor till deltagaren:

1. Nämn cirka tre personer som du förknippar med den aktuella skolan (exempelvis lärare, klasskompisar, föräldrar, annan personal) och fundera hur dina känslor kring dessa personer (gillar/ogillar) ser ut. Beskriv slutligen anledningen till dina känslor.
2. Nämn cirka tre miljöer som du förknippar med den aktuella skolan (exempelvis matsal, korridor, vilorum, grupprum, klassrum etc.), och fundera över hur dina känslor kring miljöerna (gillar/ogillar) ser ut. Beskriv slutligen anledningen till dina känslor.
3. Nämn cirka tre aktiviteter som du förknippar med den aktuella skolan (lektioner, rast, friluftsdagar, läxor, prov etc.) och fundera över dina känslor kring miljöerna (gillar/ogillar). Beskriv slutligen anledningen till dina känslor.

Ett exempel på övningen ser du på nästkommande sida.

²⁹ Korevaar, Lies.2018. Supported Education Training – Stockholm 16–19 april 2018. Overview Supported Education process. Choosing a valued role. Hanze University.

Specifika särdrag	Känslor (Gillade/ gillade inte)	Anledning
Människor:		
Karin (lärare)	Gillade	Stöttade mig mycket och vi hade en bra relation
Linnea (klasskamrat)	Gillade inte	Fick mig alltid att känna mig utanför och förlöjligade mig inför gruppen
David (klasskamrat)	Gillade	Vi pluggade ofta bra ihop och var med varandra efter skolan
Platser:		
Korridor	Gillade	Jag kunde sitta och observera andra och välja om jag ville vara själv eller inte
Klassrum	Gillade inte	Det var stökigt och dålig studiero
Grupprum	Gillade	Var bra för mig att kunna gå undan ibland
Aktiviteter:		
Grupparbete	Gillade inte	Var olika människor som jag inte kände så väl
Prov	Gillade	Var individanpassade efter mina behov
Lunch	Gillade	Jag hade ett visst bord jag brukade sitta vid som skapade trygghet

Övning 5: Skapa personliga kriterier via tidigare erfarenhet

När ni analyserat tidigare erfarenheter gällande människor, platser och aktiviteter så kan du som SEd-coach tillsammans med deltagaren försöka skapa personliga kriterier utifrån respektive erfarenhet. Se exemplet nedan.

Nuvarande (gillande och ogillande)	Personliga kriterier
Människor Karin, Linnea & David	<ul style="list-style-type: none"> • God relation till personal/lärare • God relation till klasskamrater • Att ha en klasskamrat att plugga med
Platser Korridor, Klassrum & Grupprum	<ul style="list-style-type: none"> • En plats där jag kan gå undan om jag vill • Mindre grupp att studera i
Aktiviteter Grupprum, prov & lunch	<ul style="list-style-type: none"> • Samarbeta med personer jag litar på • Individanpassade prov • En plats där jag kan gå undan om jag vill

Genom att omformulera erfarenheter till personliga kriterier så kan man använda erfarenheterna som lärdomar för att lättare få fatt i vad som är viktigt för deltagaren. Det är du som professionell tillsammans med deltagaren som diskuterar fram vilka personliga kriterier som ska anges. Det viktigaste är att de personliga kriterierna överensstämmer med deltagarens syn på den specifika situationen.

Övning 6: Värdera personliga kriterier

När man kommit fram till personliga kriterier så kan man göra en värdering av dessa. Man kan värdera dessa mellan 1–10 (1=låg prioritet och 10= hög prioritet) eller genom att ange Hög (H), Medium (M), Låg (L) prioritet. Om vi fortsätter med exemplet från föregående övning så skulle tabellen kunna se ut som nedanstående tabell.

Personliga kriterier	Vikt
God relation till personal/lärare	H alt 10
God relation till klasskamrater	H alt 9
Att ha en klasskamrat att plugga med	M alt 5
En plats där jag kan gå undan om jag vill	H alt 9
Mindre grupp att studera i	M alt 4
Samarbeta med personer jag litar på	H alt 10
Individanpassade prov	L alt 2

Övning 7: Värderingskartläggning

Ett annat sätt för att komma fram till personliga kriterier är att göra en värderingskartläggning. En värdering är en grundläggande uppfattning om önskvärdheten hos ett visst tillstånd, tillvägagångssätt eller resultat.³⁰ Värderingarna kan komplettera de personliga kriterierna som ni tidigare kommit fram till. Övningen kan genomföras på följande sätt:

1. Be personen kryssa i de värderingar denne tycker stämmer in på sig själv
2. Be personen att välja ut de fem viktigaste värderingarna
3. Låt personen få prioritera från en skala 1–5 där värde 1 motsvarar högst prioritet och värde 5 motsvarar lägst prioritet. På detta sätt får personen välja vad som är viktigast för denne.

30 Gjerde, Susann (2012). Coaching: vad, varför hur. 2., [rev.] uppl. Lund: Studentlitteratur

Nedan följer ett exempel:

ANPASSNINGSFÖRMÅGA ✓	ENGAGEMANG	FRI SEXUALITET	GLÄDJE ✓
ANSVARSTAGANDE ✓	FAMILJEN	FRIHET	HARMONI ✓
BERÖM ✓	FRAMGÅNG ✓	FRÄLSNING	HJÄLPSAMHET ✓
DEMOKRATI	FRAMTIDSTRO	FÖRLÅTELSE	HÄLSA ✓
DUGLIGHET	FRED ✓	FÖRSTÅELSE	INTEGRATION ✓
EKONOMISK TRYGGHET	KUNSKAP ✓	FÖRTROLIGHET	JÄMLIKHET ✓
KAMRATSKAP ✓	KVALITET	GEMENSKAP	JÄMSTÄLLDHET
KARRIÄR	KÄRLEK	GENEROSITET	NJUTNING
KLOKHET	LEK	MAKT	NÄRHET
KONTROLL ✓	LOJALITET	MEDKÄNSLA	NÖJE
KORREKTHET	LUGN	MILJÖMEDVETENHET	OBEROENDE ✓
KREATIVITET	LYCKA	MÅNGSIDIGHET	ORDNING
PLIKT	LYDNAD	SÄKERHET	PERSONLIG INTEGRITET ✓
PRESTATION	SJÄLVFÖRTROENDE	TILLFÖRLITLIGHET	PERSONLIG UTVECKLING ✓
PUNKTLIGHET	SJÄLVKONTROLL	TILLFÖRSIKT	VÄLBEFINNANDE ✓
PÅLITLIGHET	SJÄLVKÄNSLA	TILLIT	VÄNSKAP ✓
RESPEKT	SJÄLVRESPEKT	TILLTRO	ÄRLIGHET ✓
RESULTAT	SJÄLVSTÄNDIGHET	TOLERANS	ÄVENTYR
RIKEDOM	SKÖNHET	TROHET	UTMANING
RÄTTSKÄNSLA	SOLIDARITET	TRYGGHET	UTVECKLING
RÄTTVISA ✓	SPÄNNING	UPPSKATTNING	
SAMVARO ✓	SEKULARISERING	UTBILDNING	
	SEX	SANNING	

1. De värderingar som är viktiga för denna person är angivet i lila.
2. De fem viktigaste värderingarna är: Glädje, Personlig utveckling, hälsa, hjälpsamhet och oberoende
3. Prioriteringen av de fem viktigaste värderingarna presenteras i nedanstående prioriteringslista:
 - Hälsa (1)
 - Glädje (2)
 - Hjälpsamhet (3)

- Personlig utveckling (4)
- Oberoende (5)

Efter att värderingskartläggningen är klar så kan dessa värderingar användas till framtida preferenser som leder er till personens personliga kriterier (övning 6). Då skulle en sådan översikt kunna se ut på följande sätt:

Personliga kriterier	Vikt
God relation till personal/lärare	H alt 10
God relation till klasskamrater	H alt 9
Främjar hälsan	H alt 8
En plats där jag kan gå undan om jag vill	H alt 7
Att ha roligt	H alt 6
Samarbeta med personer jag litar på	H alt 8
Mindre grupp att studera i	M alt 5