



Buskerud  
fylkeskommune

## Karriereveiledning

Utdannings- og yrkesveiledning



**Vi hjelper deg  
å få brikkene  
på plass!**

Karriere- og opplæringscenter  
for voksne i Kongsberg-regionen

**OPUS**  
Kongsberg



## Karrieresentret OPUS Kongsberg

OPUS Kongsberg er det fylkeskommunale opplærings- og lærings- og kompetansesentret for videregående opplæring for voksne. Vi tilbyr karriereveiledning til voksne som er i en valgsituasjon yrkesmessig:

- Voksne over 21 år
- Voksne bosatt i Kongsberg, Numedal, Øvre Eiker og Sigdal
- Voksne som søker informasjon om utdanningsveier og muligheter på arbeidsmarkedet
- Voksne som er under attføring til nytt yrke
- Voksne flyktninger/innvandrere
- Voksne som ønsker endring i jobbsituasjon
- Voksne ansatt i bedrifter under omstilling
- Voksne som trenger støtte til jobbsøk

## Hva er karriereveiledning?

Karriereveiledning kan hjelpe deg å planlegge utdanning og yrkeskarriere ut fra evner og interesser, muligheter og evt. arbeidshindringer i din livssituasjon. En karriereveiledning er en eller flere samtaler med en profesjonell veileder, som vil bevisstgjøre deg i forhold til de valgene du står ovenfor. Veilederen vil gjennom samtale og bruk av interessedetester være en støttespiller i prosessen mot å velge et yrke eller en utdanning.

**Vi kan ikke gjøre valgene for deg,  
men vi kan hjelpe deg på vei !**

*"Les hver dag som om du bestiger et fjell....." (ukjent)*



## Karriereveiledning gir selvinnsikt!

Karriereveiledning er en læringsprosess som hjelper deg til å bli kjent med deg selv, dine styrker og dine muligheter. Karriereveiledning har fokus på hele mennesket og legger vekt på følgende:

- Yrkes- og fritidsinteresser
- Utdanning og arbeidserfaring
- Personlige egenskaper
- Kultur –verdier
- Realkompetanse
- Familie- og arbeidssituasjon
- Muligheter og arbeidshindringer

## Karrierevalg —et puslespill!

Valg av ny karriere i voksen alder innebærer ofte at utdanningsvei og yrke må kombineres med en rekke andre forpliktelser i et voksenliv. De fleste voksne har omsorgsoppgaver og er avhengig av inntekt til livsopphold i kombinasjon med ny utdanning. Lengde og progresjon på utdanningen må derfor tilpasses den enkeltes livssituasjon.

**Karrierevalg -  
en brikke i livets puslespill!**



*"..En titt mot toppen nå og da hjelper deg å huske dine mål...." (ukjent)*



**Det kan være nyttig å tenke gjennom disse punktene før karriereveiledning:**

- Hva er hovedgrunnen til at du ønsker karriereveiledning ?
- Hvilke erfaringer har du når det gjelder utdanning og jobb?
- Hva kan du tenke deg å jobbe med i fremtiden?
- Hvordan vil du beskrive dine personlige egenskaper?
- Hvilke interesser har du?
- Hva er du spesielt god til?
- Hva skal til for at du kan realisere dine ønsker og drømmer på kort og lang sikt?

**Velkommen  
til  
karriereveiledning!**



**Kongsberg videregående skole**  
Postboks 424—3604 Kongsberg  
Tlf. 32 86 76 00  
Epost: [opus.kongsberg@bfk.no](mailto:opus.kongsberg@bfk.no)