Specialeskrivning

Når det er svært

Studenterrådgivningen

Indhold

Forord 2
Specialeproblemer 3
Tal med andre om dine besværligheder med specialet 3
Gode råd 4
Vejledere 4
Gode råd 5
Struktur og rammer 5
Gode råd 6
Når du skriver speciale 6
Gode råd 6
Personlige udfordringer 7
Gode råd 7
Overgangen fra studie- til arbejdsliv 7
Specialekontrakt 8
Gode råd 8
Økonomi 8
Gode råd 9
Brug nettet 9

Forord

Et speciale markerer først og fremmest en afslutning. Det er afslutningen på et langt studium, og det er en afslutning på et studieliv. Det betyder afsked med gamle rutiner og afsked med bekendtskaber og tilknytningen til studiestedet. Det betyder også et goddag til nye spændende udfordringer i overgangen til et arbejdsliv.

Der er ikke en enkel eller universel løsning på, hvordan man planlægger den gode specialeskrivning. Det afhænger af mange forskellige faktorer, men uanset hvad, er det vigtigt, at du får taget stilling til, hvordan du skaber de bedste rammer og forudsætninger for dig selv under din specialeskrivning.

I pjecen beskriver vi nogle af de mest almindelige forhindringer, som kan opstå i en specialeproces både før, under og ved afleveringen. Vi giver dig også nogle bud på, hvordan du kan overkomme dem.

Pjecen kan læses i sin helhed, eller du kan slå op under de enkelte afsnit, som hver slutter af med nogle gode råd til, hvordan du kommer videre i processen.

Vi håber, at pjecen kan give dig inspiration til at overveje og planlægge, hvordan du kan gribe din specialeproces an eller hvad du kan gøre, hvis du får vanskeligheder undervejs i processen.

Hvis du har brug for mere hjælp end pjecen kan give, er du velkommen til at henvende dig til Studenterrådgivningen.

Direktør Sten Kruse-Blinkenberg
Studenterrådgivningen, december 2012

Specialeproblemer

Specialeskrivning er forbundet med mange myter, fantasier og historier, som påvirker os i større eller mindre grad. Man hører måske historier om eller kender nogen, som aldrig er blevet færdige eller om nogen, som klarede det uden problemer og med fuldtidsarbejde ved siden af! Men kan man bruge de historier til noget? Vi mener, at det vigtigste er at kigge på sine egne styrker og svagheder og bruge sine erfaringer fra tidligere opgaveskrivninger.

Mange tænker, at de med specialet skal bevise noget særligt, at de skal producere et mesterværk eller bevise overfor vejlederen, familien eller sig selv, at de har forstået og kan det *hele*. Men ligesom man ved afslutningen af sit studium ved mere, end da man var helt ny, så er specialeskrivning i sig selv også en læringsproces, hvor man ved afslutningen ved mere end i begyndelsen. I specialeprocessen er udgangspunktet til at starte med en bred viden og ved afleveringen et højere vidensniveau.

Husk – ingen kan alt, og at en uddannelse er en læringsproces.

Der er ingen tvivl om, at det at skrive et speciale kræver en stor og målrettet indsats. Det betyder ikke, at det kun er en hård proces, det kan også være en berigende oplevelse. Specialet er nemlig ligesom andre opgaver en læringsproces, hvor man undervejs kommer til at forstå og vide mere, end man gjorde, da man startede.

En vigtig del af en ”specialehverdag” er, at du har lavet dig en struktur for din arbejdsdag. At du har planlagt, hvor du arbejder, hvor mange timer du har de enkelte dage og ikke mindst, hvornår du har fri. I denne pjece kan du få nogle ideer til, hvad du kan gøre.

På de fleste uddannelsessteder tilbyder de særlig hjælp til specialeprocessen. Der findes gennemførselsvejledning, man kan evt. få et specialekontor eller blive tilknyttet en gruppe af andre specialeskrivere. Alle er tiltag, som kan give dig inspiration til at komme videre eller få dig ud af en ond cirkel.

Hvis du alligevel føler dig fastlåst eller synes, at det hele sejler, så er det en god ide at kontakte Studenterrådgivningen. Vi kan hjælpe dig med at strukturere arbejdet på specialet eller tale med dig om personlige problemer eller andre aktuelle forhold i dit liv, som forstyrrer din mulighed for at skrive dit speciale færdig.

Tal med andre om dine besværligheder med specialet

Hvis du er gået helt i stå i din specialeproces, er det en god ide at tale med nogen om det. Mange studievejledninger har gode tilbud til specialestuderende. Det vil derfor være en god ide at undersøge, hvad din lokale studievejledning tilbyder.

Det kan også være en hjælp at tale med nogle medstuderende, venner eller familie, fordi det kan være en god øvelse at skulle fortælle om sit speciale til en person, som ikke kender til dit felt. Når man har beskæftiget sig med et område i mange år, vil der være viden, som man vil tage for givet. Det kan derfor være en måde at blive mere bevidst om, hvad du ved, og hvad du har let eller svært ved at forklare udenforstående. At tale om sin situation er et skridt på vejen

til at blive mere klar over, hvilke forhindringer der er. Jo mere klar du er over forhindringerne, jo bedre kan du gøre noget ved dem.

Vi ved, at det kan være en overvindelse at skulle indrømme, at du er gået i stå eller, at projektet er vanskeligt at overskue, selvom du har været i gang i lang tid. Det hjælper dig bare ikke at lukke dig inde, men kan tværtimod gøre det værre.

Mange tænker, at de er de eneste i verden, som sidder med disse problemer. Men du er ikke alene! Det er derfor en specialegruppe eller anden udveksling med andre i specialeprocessen kan være en stor hjælp. I en sådan gruppe vil deltagerne være forskellige steder i processen. Igennem en gensidig udveksling vil I kunne genkende oplevelsen af både gode og besværlige perioder, og på den måde kan I hjælpe og give hinanden gode ideer til den videre proces.

Gode råd

- Del din situation med andre
- Find en gruppe af andre specialestuderende, som du kan sparre med
- Undersøg hvilke tilbud dit studie har for specialestuderende fx skrivegrupper.

Vejledere

Det er vigtigt, at du gør dig tanker om, hvordan du bruger din vejleder. Det enkle budskab er, at jo mere klar du er i din udmelding om, hvad du har brug for, jo mere præcist kan vejlederen udfylde sin rolle. Dette gælder også, hvis du er forvirret, gået i stå eller tvivler på kvaliteten af det, du producerer. I sådanne situationer gælder det om at bede vejlederen om hjælp til at komme videre.

I begyndelsen af en specialeproces kan det være en god ide at lave en forventningsafstemning med sin vejleder. Det kan f.eks. være at gøre ambitioner, tidsplan og andet klart, så I arbejder mod samme mål og i samme tempo. Gør dig klart, hvor mange vejledningstimer du har til rådighed og overvej, hvornår du bedst bruger dem. Her kan du bruge erfaringer fra tidligere opgaveskrivninger og overvej, hvor dine styrker og svagheder ligger. Brug som tidligere nævnt de muligheder, der er på dit studiested for f.eks. at indgå i skrivegrupper.

Vi ved, at det indimellem kan give problemer, hvis der er flere vejledere på et speciale. Disse vanskeligheder kan opstå, fordi der kan være forskellige interesser på spil, hvis vejlederne f.eks. kommer fra henholdsvis universitetet og fra en privat virksomhed. Det er derfor afgørende, at der bliver holdt nogle indledende fællesmøder, hvor forventninger og arbejdsdeling bliver klargjort.

Mange har tendens til at opleve vejlederen som ”censor” frem for en støtte og allieret. Vejlederne er faktisk interesseret i, at du får lavet et godt produkt, og de vil gerne dele deres viden og erfaringer med dig. For at det skal blive en god proces, skal du imidlertid også lade vejlederen vejlede dig. Hvis du er mest optaget af at komme og præsentere et fejlfrit og færdigt produkt, så er der jo ikke meget, din vejleder kan komme med. Hvis du møder op med spørgsmål til vejlederen frem for svar, giver du vedkommende lejlighed til at give dig noget konstruktivt med til den videre proces. Man kan sammenligne specialet med et maleri, hvor du starter med at lave nogle studier og skitser af det motiv, du ønsker at male. Så sættes de første streger og konturer, og efter en lang proces med mange lag træder det endelige resultat frem. Hvis man bedømmer kunstneren på de første streger, vil det ikke sige

noget endeligt om hendes eller hans færdigheder. Vejlederen skal selvfølgelig bedømme dit materiale til sidst, men hvis du skal have hjælp, bliver du nødt til at vise dine "skitser" frem.

Gode råd

- Tænk på din vejleder som en allieret i specialeprocessen
- Ufærdigt materiale er bedre end ingenting. Det betyder, at du er i gang
- Stil spørgsmål til din vejleder
- Vær velforberedt til vejledermøderne og gør dig klart, hvad du gerne vil have ud af mødet
- Lav en dagsorden.

Struktur og rammer

Specialeperioden er ofte en tid, hvor der ikke er så meget undervisning planlagt i løbet af ugen. Det betyder, at det er dit eget ansvar at skabe en struktur, som passer dig godt. Det kan være en god ide at lave en ugeplan, hvor du deler dagene op i intervaller, som passer din arbejds- og studiestil. Når du laver din plan, er det vigtigt at tage højde for forskellige forhold som f.eks.:

Hvor arbejder du bedst? Er det på studiet, hjemme, på biblioteket, hos dine forældre eller andre steder? Hvornår arbejder du bedst? Er det tidligt om morgenen, formiddagen, sen aften?
Hvor længe kan du arbejde koncentreret, og hvor tit er det godt for dig at holde pause?
Hvad skal du nå, og hvad vil du gerne nå i dag eller i denne uge? Hvornår holder du fri?

Se på specialeprocessen som var det et arbejde. Så kan det være lettere at komme af sted og i gang, selv på en dårlig dag. Læg mærke til, om du kommer til at forhandle med dig selv omkring det daglige arbejde. Skal du stå op eller blive liggende? Skal du gå i gang nu eller vente til lidt senere? Er det tilfældet, så vil faste rutiner, struktur og ritualer ofte være en god hjælp.

Struktur hænger på mange måder sammen med overblik. Selvom du ikke kan lave en fast plan fra starten, er det ofte en hjælp at have en ide om, hvad der skal ske hvornår. Du kan forsøge at skabe dig et overblik over din tid ved hjælp af en tidslinje over de 6 måneder, du har at skrive i. Du kan evt. bruge et såkaldt mindmap (en konkret tegning af de ideer du har, med dit emne som det centrale) som en inspiration til at indkredse emne og indhold i specialet. Lav en oversigt over hver måned og uge og lav en skitse til, hvornår de forskellige ting skal være færdige. Igennem din proces vil de strukturelle forudsætninger sikkert ændre sig, så du må ændre din plan løbende.

Specialeskrivning kan have en tendens til at flyde sammen med alle aspekter af dit liv, så der til sidst ikke er nogen grænse mellem arbejde og fritid, mellem specialearbejdsplads og hjemme og mellem dig og dit speciale.

For at kunne arbejde optimalt er det essentielt at holde pauser. Du skal både huske at holde små pauser i løbet af din arbejdsdag, men du skal ikke mindst holde store pauser, hvor du laver noget helt andet. Det er vigtigt at give din hjerne mulighed for at koble af og hente inspiration ved fx at dyrke motion, være kreativ eller være sammen med dine venner.

Når man bruger sit hjem som arbejdsplads, er der en risiko for, at grænsen mellem fritid og arbejde forsvinder. Nogen har det bedst med at sidde derhjemme, mens andre arbejder bedst, når de er ude. Finder du ofte på overspringshandlinger hjemme, som at ordne vasketøj, se TV og tjekke Facebook når du arbejder, kan det være, at du skal finde et andet sted, du kan arbejde. Søg et specialekontor via dit studium, eller find fx et kontorfællesskab med andre som også skriver speciale. Alternativet kan være at sidde på et bibliotek eller i et medborgerhus og arbejde, så der er afveksling i, hvor man sidder og arbejder med specialet. For mange kan det være en hjælp til at skille arbejde og fritid fra hinanden.

Tag specialeskrivning alvorligt. Sluk for TV, mobil og slå internettet fra. Du kan bruge dem i dine pauser eller bedst, når arbejdsdagen er slut.

Taber du koncentrationen, kan det hjælpe at have et stykke papir ved din side, hvor du skriver det ned, du tænker på, og så fokuserer på specialet igen. Når du har pause eller fri, kan du se på listen og tage dig af det, som er vigtigt i dag.

Gode råd

- Lav ugeplaner
- Hold pauser og planlæg tid til fritidsinteresser
- Undersøg, om dit studiested har specialekontorer
- Brug evt. dit lokale bibliotek eller biblioteket på dit studiested.

Når du skriver speciale

At skrive speciale er en proces, hvor man ikke på forhånd kender konklusionen, og det er en stor opgave, hvor der skal produceres meget materiale. Det kan derfor være en fordel at betragte processen som en undersøgelse, som du besvarer gennem flere mindre opgaver. De fleste skriver speciale alene, og det kan give nogle udfordringer. Når du kun har dig selv, er der ikke automatisk andre til at holde dig fast eller til at aftale deadlines med. Du er afhængig af dig selv og din egen disciplin. Der kan være meget at have overblik over, og ofte kan det opleves, som om arbejdet ikke bevæger sig. I den periode kan man komme til at tvivle på sine evner. Man begynder måske at overveje, om man er klog nok, og om det, man skriver, er for ordinært eller, om det overhovedet hænger sammen.

I den situation kan det være godt at tale med andre. Du kan f.eks. finde medstuderende, der også skriver speciale, som du kan få feedback fra. Når du taler med andre, vil du opleve, at processen også svinger for dem, og at andre som har været, hvor du er nu, er kommet videre.

Perfektionisme og usikkerhed kan komme til at blokere din skriveproces. Du kan komme til at overgøre dine anstrengelser for at gøre det hele rigtigt. Det er vigtigt at huske på, at man studerer for at lære og ikke for at skulle vide det hele på forhånd.

Overvej, hvor din motivation til at skrive specialet kommer fra, og hvad du forventer, der skal komme ud af det. Jo mere du selv er klar over formålet, desto mere kan du målrette dit arbejde og forventningerne både til produktet og processen.

Gode råd

- Skriv 3 gode grunde ned til, hvorfor du skal skrive dit speciale
- Husk, at specialeskrivning er en proces, som ikke er lineær

- Del specialet op i mindre opgaver
- Undersøg hvilke muligheder der er for specialegrupper og rådgivning undervejs i processen
- Brug medstuderende som også skriver speciale.

Personlige udfordringer

Specialeperioden er en tid, hvor der ofte bliver plads til at lade tankerne flyve. Det er en tid til status både i forhold til det faglige og det personlige, hvor det gøres op, hvad man har lært på sit studium, og hvor man befinder sig i sit liv. Vi ser ofte, at der dukker temaer op fra tidligere i ens liv, som kommer til at forstyrre processen. Det kan være oplevelser fra ens opvækstfamilie, eller det kan være uhensigtsmæssige roller og mønstre, som går igen i forskellige relationer og sammenhænge.

Har du overvejet, hvilken tilgang du har, når du skal lave et skriftligt produkt? Er du f.eks. en der tænker, at det bare skal overstås så hurtigt som muligt eller, at en maksimal arbejdsindsats er en nødvendighed. Eller er du den, der ikke skriver det mindste, før det er helt perfekt både fagligt og grammatisk? Din tilgang, kan have betydning for, hvilken specialeproces du kommer til at gå igennem, og præge den både praktisk og mentalt.

Når man er nået til specialet og derved til afslutningen af sit studium, har mange forestillinger om, hvad man skal med sit liv fremover. Det er en ny epoke i tilværelsen, som sætter tidligere valg og prioriteringer i et nyt lys. Tvivl og usikkerhed kan dukke op og forstyrre ens måde at forstå sig selv og det liv, man lever.

Det kan være en fordel at kunne bruge disse overvejelser som en hjælp, frem for en bremse. Det betyder, at du f.eks. ved at blive opmærksom på dine mønstre og roller kan prøve at gøre mere af det, som virker for dig. Det kan være en fordel at tale med andre, som kender dig godt, da andre ofte kan se ting klarere. Hvis du ikke har nogen, du har lyst til at dele de ting med, kan det være en ide at opsøge hjælp og rådgivning fra professionelle.

Gode råd

- Overvej dine prioriteringer
- Tal med familie eller venner om din situation.

Overgangen fra studie- til arbejdsliv

Specialet angiver overgangen fra én livsfase til en anden. Spørgsmål som: Har jeg valgt det rigtige fag? Kan jeg få et job? Har jeg gjort det godt nok? vil ofte være temaer som træder frem i slutningen af ens studietid. Usikkerhed og tvivl i forhold til alt det nye, der skal ske, og om man kan slå til i den nye funktion.

Igennem studietiden har man som regel fået nogle rutiner, har et socialt netværk på studiet og har opbygget en tryghed i at være studerende. Den genkendelige struktur skal ændres, og det kan skabe utryghed. Mange ting skal laves om, der skal findes ud af økonomien, hvad skal du leve af, du skal måske finde et andet sted at bo, du har måske ikke længere den naturlige kontakt til venner fra studiet, og der er ikke det vante sted at høre til og skulle hen. Samlet set bliver rammerne for ens liv ændret radikalt, og du skal til at stå på et andet fundament end tidligere.

Overvejelser om hvad du har lært på studiet, og om du nu ved nok, når du kommer ud og skal arbejde, er typiske, når man går fra studium til arbejdsliv. Men, når du kommer fra et langt studium, har du lært noget, selvom du er ny og uerfaren. Det, du skal finde ud af er, hvordan du kan bruge det i praksis, og det er en ny læreproces!

Specialekontrakt

Når du har fundet dit emne og har indkredset en mere specifik problemformulering, skal du lave en specialekontakt, der som hovedregel løber i 6 måneder. Kontrakten indeholder en del formkrav omkring specialet, sideantal, emne og afleveringsfrist. Du, vejleder og dit studium, skal have en kopi af kontrakten som dokumentation på, at du inden for de kommende måneder er specialestuderende og er på den afsluttende del af uddannelsen. Nogle uddannelsessteder har en anden tidshorisont og særlige formkrav til et speciale. Det er derfor vigtigt, at du undersøger, hvad der gælder på din uddannelse.

I tilfælde af at du bliver forsinket med dit speciale, og det ikke er realistisk at aflevere til den angivne tidsfrist i specialekontrakten, kan der søges om udsættelse. Det kan eksempelvis være en sygdom, personlige- eller sociale problemer. Tal først og fremmest med din vejleder, så denne kender din situation og kan lægge en alternativ plan med dig. Du skal sende en ansøgning til dit uddannelsessted, og der gives ofte en forlængelse på 3 måneder til at afslutte dit speciale under forudsætning af, at der er en rimelig begrundelse for forsinkelsen. Der kan blive tale om en justering af dit emne og problemformuleringen, men proceduren er forskellig på de enkelte uddannelsessteder.

Derfor er det afgørende, at du laver en aftale med din vejleder og undersøger de konkrete, formelle regler på din uddannelse.

Gode råd

- Undersøg reglerne for specialets form og tidsfrist på dit studium
- Kontakt evt. Studenterrådgivningen
- Tal med din læge om dokumentation i tilfælde af sygdom.

Økonomi

Løber du tør for ordinær SU i løbet af specialeprocessen, kan du søge om SU-Slutlån. Slutlån gives, hvis du maksimalt har 12 måneder tilbage af dit studium, og uddannelsesstedet skal bekræfte, at du kan færdiggøre studiet indenfor 12 måneder.

Slutlån søges gennem www.su.dk

Det er i det hele taget en god ide at tænke økonomien for specialeperioden igennem før specialestart. Er der SU nok? Er det nødvendigt med et studiejob ved siden af? I så fald, hvor mange timer?

Det er en stor hjælp at være sikret økonomisk under specialeskrivningen, og at du har afklaret det økonomiske på forhånd. Når de grundlæggende økonomiske forhold og rammerne for specialeskrivningen i øvrigt er i orden, kan du bedre fokusere på at skrive dit speciale.

Et studiejob kan være med til at skabe struktur i hverdagen og give gode kontakter til arbejdsmarkedet. Men et studiejob kan også blive en stressfaktor. Det er derfor vigtigt nøje at overveje, om jobbet kan forenes med specialeskrivningen. Om

du kan afsætte tilstrækkeligt med tid til skrivningen og samtidigt kunne tilfredsstille chefens forventninger til engagement og tilstedeværelse på jobbet.

Hvis din SU og Slutlån er opbrugt, kan det kræve, at du arbejder en del for at skaffe til forsørgelsen, samt at du får planlagt dette, så det kan hænge sammen med specialeskrivningen.

Alternativet kan være at undersøge muligheden for banklån eller et lån gennem Dansk Studiefond.
www.danskstudiefond.dk

Hvordan er din økonomi efter at du er dimitteret? At færdiggøre en kandidatuddannelse giver dig ret til dagpenge på dimittendsats, hvis du i øvrigt opfylder betingelserne. Kort fortalt skal du stå til rådighed for arbejdsmarkedet, være medlem af en A-kasse og tilmeldt som ledig på et jobcenter i kommunen, hvor du bor. Du skal melde dig ind i en A-kasse og melde dig ledig i dit lokale jobcenter senest 14 dage efter, at du har færdiggjort din uddannelse for at kunne udnytte dine dimittendrettigheder.

Hvis du har været fuldgyldigt, aktivt medlem af en A-kasse mindst et år op til, at du dimitterer, har du ret til dagpenge fra din første ledighedsdag. Derved undgår du den normale karensperiode på en måned. Forhør dig om din konkrete situation hos din A-kasse.

Læs mere om dimittendrettigheder- og pligter på de respektive A-kassers hjemmesider.

Gode råd

- Tjek din SU og muligheder for slutlån på www.su.dk
- Vi anbefaler, at du i slutfasen af specialeskrivningen er opmærksom på ikke at have et alt for krævende studiejob
- Overvej om du vil melde dig ind i en A-kasse. Hvis du vil, så skal det være senest 14 dage efter, du har afsluttet din uddannelse for at kunne udnytte dine dimittendrettigheder
- Søg yderligere oplysninger om dagpenge og dimittendrettigheder på A-kasserne hjemmesider.

Brug nettet

Der findes mange gode links på nettet til hjælp i specialeprocessen, brug noget tid på at orientere dig i den hjælp og vejledning, du kan få der.

Pjecer og øvrig information

Studenterrådgivningen har udgivet en række pjecer om nogle af de udfordringer, man kan møde som studerende:

Stress

Eksamen

Perfektionisme

Et godt studieliv

Revalidering og handicaptillæg*

Angst- og panikanfald*

10 gode råd til gruppearbejdet*

Udsætter du dig selv for udsættelse?*

* fås kun i elektronisk form

For bestilling af pjecer i papirudgave, send venligst en mail til pjecer@srg.dk

Pjecerne kan desuden downloades på www.srg.dk

Læs mere på www.srg.dk

Kontakt Studenterrådgivningen

Telefon:70267500

Telefonen er åben mandag-torsdag 9-12 og igen fra 12.30-15 og fredag 9-13, hvor du kan bestille tid til en personlig samtale.
Du kan få telefonisk rådgivning dagligt. Ringer du mellem kl. 9 og 12, bliver du, så vidt som muligt, ringet op samme dag af en af vores rådgivere, ellers bliver det dagen efter. Den telefoniske rådgivning er typisk af 15-20 min. varighed.

På vores **website** www.srg.dk kan du læse mere, om den hjælp vi tilbyder samt information om forskellige problemstillinger.