



# Työnhaku tutuksi

- työnhaun oppimateriaali lukioon

## URASUUNNITTELU

Mikä minusta tulee isona? Kysymys nousee esiin usein opiskelun loppuvaiheessa, työelämän alkuvaiheessa, uutta työpaikkaa hakiessa, uusissa elämäntilanteissa ja yhä useammin pitkän työuran jälkeen. Nykyään useimmat siirtyvät erilaisiin tehtäviin tai täysin eri toimialalle vähintään kerran elämänsä aikana. Urapohdintojen taustalla voi olla pakottavia syitä: omalta alalta ei löydy töitä, sairaus tai perhesyyt estävät nykyisen työn tekemisen, tai sitten omat kiinnostuksen kohteet tai arvomaailma ovat muuttuneet. Urasuunnittelulle ei ole ikä- tai ammattirajoitteita, omia motivaattoreita ja mahdollisuuksia kannattaa pohtia; onhan työ iso osa elämää!

Urasuunnittelu-prosessissa:

- Tiedostetaan omat vahvuudet ja heikkoudet, työhön liittyvät motiivit ja arvot
- Kartoitetaan mahdollisuuksia: millä aloilla on töitä, millaisiin tehtäviin voisin hakeutua nykyisellä osaamisellani, miten voin ylläpitää jaksamistani työelämässä ja kehittyä urallani, mihin tietyistä ammateista valmistuu, missä voin opiskella kiinnostavaa alaa, miten voin edetä tavoitteisiini
- Tunnistetaan uramahdollisuudet ja vaihtoehdot seurauksineen
- Arvioidaan päätöksentekoon vaikuttavia työelämän realiteetteja ja oman elämäntilanteen antamia raameja
- Tehdään toimintasuunnitelma: Määritetään uratavoitteen saavuttamiseen tarvittavia tapoja ja aikaa, pohditaan käytännön toimenpiteitä ja viedään urasuunnitelma täytäntöön!

### **Omien kykyjen ja vahvuuksien kautta tavoitteisiin**

Urasuunnitelmaa rakennettaessa kartoitetaan mahdollisuuksia hankkimalla tietoa sekä pohtimalla vaihtoehtoja ja valintoihin vaikuttavia tekijöitä.

Ensimmäiseksi kannattaa pohtia millainen itse on työntekijänä. Henkilökohtaiset vahvuudet viittaavat luonteeseen, käyttäytymiseen, kiinnostuksiin, arvoihin ja luonteenpiirteisiin, jotka kuvaavat henkilöä useimmissa tilanteissa. Taidot puolestaan sisältävät mm käsien ja kehon käyttämisen. Taito voi olla myös näppäryys, taipumus tai kyky.

# OSAAMINEN JA PERSONALLISUUS

## Osaamisen tunnistaminen

Osaamisen ja vahvuuksien tunnistaminen on keskeistä urasuunnittelussa. Osaaminen koostuu tiedoistasi, taidoistasi ja persoonallisista ominaisuuksistasi. Arvioidessasi osaamistasi yritä ottaa vähän etäisyyttä, ikään kuin olisit arvioimassa parhaan ystäväsi valmiuksia, mutta älä arvioi liian kriittisesti. Vaikka joku muukin hallitsisi samoja asioita tai olisi kiinnostunut samantyyppisistä teemoista kuin sinä, se ei vähennä niiden merkitystä sinun osaamisessasi.

Osaaminen ei tarkoita, että sinun pitäisi täydellisesti osata asia, jota arvioit itsessäsi. Omaksumis- ja uusiutumiskyky sekä oppimisen taito ovat tärkeitä osaamisen osa-alueita. Älä aliarvioi pieniä osaamisen tai kiinnostusten siruja. Ne voivat olla ratkaisevia lisätekijöitä.

Työtä hakiessa joudut useaan otteeseen arvioimaan osaamistasi suhteessa tehtävän vaatimuksiin. Työpaikkahaastattelussa sinun on kyettävä ilmaisemaan ja perustelemaan omaa osaamistasi jäsenneytysti ja realistisesti.

Pyri perustelemaan osaamisesi konkreettisilla esimerkeillä. Esimerkiksi: "Osaan järjestää ja organisoida tilaisuuksia. Toimiessani järjestössä X suunnittelin itsenäisesti kokoukset ja hankin esiintyjät, ja sain myönteistä palautetta erityisesti yksityiskohtien huomioon ottamisesta ja aika-aulun suunnittelusta."

## Persoonallisuuden itsearviointi

Persoonallisuudella on merkitystä urasuunnittelussa, työnhaussa ja työssä. Työnhaussa kohdataan persoonallisuuteen liittyviä kysymyksiä, kuten kuvaile itseäsi, mitkä ovat vahvuutesi ja mitkä ovat tärkeimmät ominaisuutesi.

Persoonallisuus on laaja ja monimutkainen käsite, jota voidaan määritellä eri tavoin. Ihmisen persoonallisuutta voidaan esimerkiksi kuvata erilaisten luonteenpiirteiden ja ominaisuuksien luettelona. Persoonallisuuden voidaan myös ajatella koostuvan rooleista ja käyttäytymisestä: aloitteentekijä, luonteva esiintyjä, tunteiden ilmaisija jne. Laajasti ajateltuna persoonallisuutta ovat esimerkiksi tapa valikoida tietoa, ajattelumalli, asenteet ja arvostus.

Mikäli persoonallisuutta miettii ominaisuuksina, kannattaa pohtia esimerkkejä tilanteista, joissa piirteet tulevat esille. Roolimme koostuvat käyttäytymisestämme erilaisissa tilanteissa. Esimerkiksi ammattiroolit koostuvat monista osaroleista: opettajan rooli sisältäneen ainakin asiantuntijan, suunnittelijan, esiintyjän, kuuntelijan, aktivoijan roolit. Eri tilanteissa tulee esiin erilaisia puolia. Jotkut ominaisuudet ovat pysyvämpiä, toiset tulevat esiin vain joissakin tilanteissa.

Urasuunnittelussa on hyvä miettiä omia kiinnostuksiaan ja unelmiaan. Millaiset asiat todella kiinnostavat ja motivoivat sinua? Kun tiedät, mistä olet kiinnostunut elämässä ja työssä, toimit tavoitteellisemmin ja saavutat todennäköisemmin itseäsi tyydyttäviä päämääriä.

## Mitkä asiat ovat sinulle tärkeitä?

Vastaamalla tähän kysymykseen tunnistaa arvojaan. Arvojen pohdintaa voi helpottaa, kun miettii jotain valintatilannetta elämässä. Miten arvot näkyivät valinnoissa tai toiminnoissa? Mitä muita arvoja haluaa tilanteessa ilmentää, mutta ei jostain syystä ole onnistunut? Mitä nämä kaikki arvot kertovat? Rajaavatko arvot kenties joitain uravaihtoehtoja pois?

Arvot erotetaan asenteista ja mielipiteistä (esim. Levomäki, 1998). Mielipiteet liittyvät konkreettisiin asioihin ja muuttuvat nopeimmin. Asenteet liittyvät yleisempiin asioihin ja muuttuvat mielipiteitä hitaammin. Arvot puolestaan ovat abstrakteimpia ja hitaimmin muuttuvia. Arvot ohjaavat toimintaamme ja valintojamme, ne ovat suhteellisen pysyviä myös vaikeissa valintatilanteissa. Kannattaa muistaa, että se mitä arvostaa, motivoi!

Arvoja voi erotella eri tavoin. Ne voidaan esimerkiksi jakaa myös itseisarvoihin ja välinearvoihin niiden tavoitteen mukaan (esim. Levomäki, 1998). Itseisarvoja ovat esimerkiksi hyvä elämä, terveys, tasa-arvo ja hyvä ihmissuhde. Välinearvot ovat tavoitteita ja välineitä, jotka palvelevat itseisarvojen toteuttamista, kuten tehokkuus, hallintorakenne tai raha.

Kun työskentelee omien arvojen mukaan, viihtyy todennäköisemmin työympäristössä ja pystyy toteuttamaan itseään paremmin. Siksi kannattaa olla selvillä omien arvojen lisäksi myös itseään kiinnostavien yritysten tai organisaatioiden arvomaailmasta.