







## Minä työntekijänä





### Sisällöt

SWOT-analyysi: Mitä työ minulta vaatii?  
Työhönvalmiuspuu: Kuinka valmis olet työelämään?  
Omat odotukset työlle/ työllistymiselle  
Palautteen antaminen ja vastaanottaminen

### Huomioitavaa

Työn merkitystä omassa elämässä voi olla vaikea hahmottaa muusta kuin palkan näkökulmasta. On tärkeää miettiä miksi haluan työelämään ja mitä se minulta vaatii.

Teema	Harjoitus		Vinkit ja tarvikkeet
<p><b>Työelämä-valmiudet</b></p>	<p><b>Oma kuvani, jatkettavat lauseet</b></p> <p>Lauseet liittyvät unelmiin, harrastuksiin ja omakuvaan.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Olen onnellisin, kun...</li> <li>• Kymmenen vuoden kuluttua...</li> <li>• Olen ylpeä itsestäni, kun...</li> <li>• Pidän ihmisistä, jotka...</li> <li>• Minulle on tärkeää, että...</li> <li>• Omassa elämässäni haluaisin...</li> </ul> <p>Pyydetään osallistujia täydentämään lauseita omalle paperille. Voit keksiä myös lisää jatkettavia lauseita.</p>	<p>Yksin</p> 	<p><b>Tarvikkeet:</b> muistiinpanovälineet, lauseet esimerkiksi PowerPoint -slidena</p> <p>Tai monisteena jokaiselle osallistujalle</p>
<p><b>Työelämä-valmiudet</b></p>	<p><b>SWOT-analyysi: Mitä työ minulta vaatii?</b></p> <p>Mietitään tulevan työpaikan työtä omalta kannalta, mitä se minulta vaatii? (omat heikkoudet ja vahvuudet).</p> <p>Annetaan jokaiselle puhdas SWOT-lomake ja jokainen osallistuja täyttää SWOT-nelikentän itsenäisesti.</p> <p>Jos osallistujalla ei ole tiedossa tiettyä työpaikkaa, voi tehtävän tehdä toivotun/halutun työtehtävän näkökulmasta.</p> <p>Näytetään purkukysymykset ja jokainen käy läpi nelikentän ratkaisukysymysten avulla ja tekee oman lomakkeeseen loppupäätelmät.</p> <p>Lopuksi jokainen kertoo ryhmälle yhden asian omasta nelikentästä.</p>	<p>Yksin</p> 	<p><b>Tarvikkeet:</b> muistiinpanovälineet</p> <p><b>Liite:</b> Liite 6 SWOT -itsearviointi</p>
<p><b>Työelämä-valmiudet</b></p>	<p><b>Työhönvalmiuspuu: Kuinka valmis olet työelämään?</b></p> <p>Jaetaan osallistujille paperi, jossa on puun kuva. Puuhun piirretään oma työelämävalmius seuraavan ohjeen mukaisesti:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Valitse puusta kohta, jossa olet nyt (latva on päämäärä)</li> <li>• Valitse puusta kohta, jossa olettaisit olevasi työkokeilujakson jälkeen</li> <li>• Nimeä joku henkilö verkostostasi, joka auttaa/tukee sinua työelämään paluun onnistumisessa</li> </ul> <p>Käydään kierros ja jokainen kertoo omasta puusta.</p>	<p>Yksin</p>  <p>Ryhmä</p> 	<p><b>Tarvikkeet:</b> muistiinpanovälineet</p> <p><b>Liite:</b> Liite 7 Työhönvalmiuspuu</p>

<p><b>Työelämä-valmiudet</b></p>	<p><b>Omat odotukset työllistymiselle</b></p> <p>Tehdään kysymyksistä "posterit" fläppi-papereille.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Omat odotukset työkokeilulle, mihin johtaa?</li> <li>2. Mitä olen valmis tekemään, jotta omat odotukset toteutuvat?</li> <li>3. Mikä saa minut lannistumaan/pettymään?</li> <li>4. Miten jatkan pettymyksen yli/jälkeen?</li> </ol> <p>Jokainen miettii hetken itsekseen vastauksia kysymyksiin n. 5min.</p> <p>Kaikki käyvät kirjoittamassa yhtä aikaa omat vastaukset kysymysten alle postereille.</p> <p>Lopuksi katsotaan yhdessä mitä asioita postereille on kirjoitettu.</p>	<p>Ryhmä</p> 	<p><b>Tarvikkeet:</b> Fläppipaperia, tusseja</p>
<p><b>Työelämä-valmiudet</b></p>	<p><b>Erilaisten tunnetilojen merkitys vuorovaikutuksessa</b></p> <p>Kokeilkaa ryhmässä eleiden ja äänensävyjen yhteyttä sanomalla sama lause:</p> <p>vakavin ilmein, hymyillen, otsaa rypistäen, asiallisesti, arkisesti, innostuneesti, pelokkaasti</p> <p>Lause voi olla esimerkiksi:</p> <p><i>Kyllä kiitos, tulisin mielelläni teille töihin!</i></p>	<p>Ryhmä</p> 	
<p><b>Työelämä-valmiudet</b></p>	<p><b>Miten vastaanotan palautetta työpaikalla?</b></p> <p>Harjoitellaan palautteen vastaanottamista parin kanssa.</p> <p>Parit antavat vuorotellen toisilleen palautetta tehdystä työstä. Esimerkkejä tehdystä työstä voi keksiä pareille valmiiksi.</p> <p>Parit käyvät tilanteet keskustellen läpi ja pyrkivät vastaanottamaan saadun palautteen mahdollisimman ammatillisesti.</p> <p>Lopuksi käydään yhteinen keskustelu miltä palautteen vastaanottaminen tuntui ja oliko toiselle vaikeaa/helppoa antaa palautetta.</p>	<p>Ryhmä</p> 	
<p><b>Työelämä-valmiudet</b></p>	<p><b>Positiiviset selkälaput</b></p> <p>Harjoitus on tarkoitettu palautteen antamiseen.</p> <p>Kullekin osallistujalle kiinnitetään selkään tyhjä A4-paperi maalariteipillä. Ryhmä lähtee kiertämään tilaa ristiin rastiin. Taustalle voi laittaa soimaan jotakin positiivista musiikkia. Kukin kirjoittaa toistensa selkään positiivista palautetta.</p> <p>Lopuksi kukin saa katsoa omia lappujaan ja ottaa ne mukaansa.</p>	<p>Ryhmä</p> 	<p><b>Vinkki:</b> Vetäjän täytyy varmistaa, että kaikki osallistujat saavat positiivista palautetta.</p> <p><b>Lähde:</b> ENO –Ennakoiva ohjaus työelämässä: työelämän sosiaaliset ja vuorovaikutustaidot.</p>

Ryhmävalmennus työnhakijoille

**Lähteet:**

ENO –Ennakoiva ohjaus työelämässä: työelämän sosiaaliset ja vuorovaikutustaidot.