



Minulle sopiva työ



Kurssilainen huomaa miten erilaiset työtehtävät voivat poiketa toisistaan esim. työskentelyaikojen, melutason ja kiireisyyden mukaan. Kurssilainen pohtii itseään työntekijänä, sekä omia ominaisuuksiaan ja niiden vaikutusta työssä jaksamiseen ja onnistumiseen. Kurssilainen saa vinkkejä siitä, minkä tyyppiset työtehtävät itselle sopivat parhaiten.

Osallistujat rastittavat "Työn ominaisuudet" -monisteesta (liite) itselle parhaiten sopivan vaihtoehdon. Monisteessa on kuvattu työn sisältöjen ja työolosuhteiden ääripäitä, joista valitaan itselle paremmin sopiva tilanne työssä. Monisteet säilytetään ja niitä hyödynnetään työpaikkoja etsittäessä.

Vinkit: Jos aikaa jää, osallistujat voivat pareittain keskustella itselle tärkeistä valinnoista ja siitä, miten nämä vaikuttavat siihen, millaista työtä hakee.

Liite: Työn ominaisuudet (alkuperäinen testi: Lundgren et al. 2013)