

Karjäärikompassi näidete kogumik

Pilootgrupi kogemused

Pilootgrupp: Järvamaa Rajaleidja keskus, karjäärinõustaja Sirli Kriisa ja karjääriinfo spetsialist Piia Uuspõld; Põlvamaa Rajaleidja keskus, karjäärinõustaja Eha Raav ja karjääriinfo spetsialist Kadri Pelisaar; Pärnumaa Rajaleidja keskus, karjäärinõustaja Terje Jürivete ja karjääriinfo spetsialist Ele Linder.

Rajaleidja arenduskeskus: karjääriinfo peaspetsialist Janika Tamsalu, karjäärinõustamise peaspetsialistid Ave Vilu ja Mare Väli.

SISUKORD

SISSEJUHATUS	3
Näide 1: INDIVIDUAALNE NÕUSTAMINE KARJÄÄRIKOMPASSI ABIL	5
Näide 2: SISSEJUHATUS KARJÄÄRITEEMASSE RAJALEIDJA NÄITEL.....	8
Näide 3: KOMPAME KARJÄÄRI! Vol 1	10
Näide 4: KOMPAME KARJÄÄRI! Vol 2	13
Näide 5: UNISTUSTE AMET	15
Näide 6: KARJÄÄRIKOMPASSIGA TULEVIKKU	17
Näide 7: LAUAMÄNG „KARJÄÄRIKOMPASS“	20
Näide 8: KARJÄÄRITUND „MIDA? KES? KUS? KUIDAS?“	24
Näide 10: MINA 10 AASTA PÄRAST.....	30
Näide 11: ETTEVÕTLUSMÄNG KARJÄÄRIKOMPASSI PÕHJAL	33
Näide 12: KARJÄÄRIPLANEERIMINE – MIKS JA KUIDAS?	37
Näide 13: KARJÄÄRIKOMPASS KOOS JOBPICS'IGA	40
Näide 14: KARJÄÄRIKOMPASS AITAB KARJÄÄRI PLANEERIDA.....	43
MOTIVATSIOON - Miks ma seda tahan?.....	44
IDEEDEPANK.....	51
KARJÄÄRIKOMPASSI VÕTMEKOMPETENTSIDE KUJUNEMIST TOETAVAD KÜSIMUSED	53

SISSEJUHATUS

Karjäärivalikute tegemisel on praegu nii suurte võimaluste kui ka kõrgete nõudmiste aeg. Selle tõttu on eluliselt tähtis toetada noori sellel teel asjakohase info ja nõustamisega. Õpilaste toetamise eesmärk on suunata neid ise aktiivselt oma karjääri kujundama. Iseenda võimekuse ja töömaailma võimaluste tundmaõppimise käigus omandab noor valikute tegemist hõlbustavad karjääriplaneerimise oskused.

Karjäärikompass on praktiline töövahend, mis toetab karjäärispetsialiste noortega töötades. Kompass sobib kasutamiseks eelkõige haridussüsteemi erinevatel astmetel, kuid ei ole kindlasti sellega piiratud. Karjäärikompassi võtmekompetentside hõlmatud mudeli loojaks on Haagi Rakenduskõrgkooli pedagoogika ja kutseõpetuse lektor Marinka Kuijpers Hollandist. Küsimused, millele valikute ees seisev noor karjääriplaneerimise käigus vastuseid otsib, on Karjäärikompassi mudelis kirjeldatud võtmekompetentsidena.

Karjäärikompassi võtmekompetentside hindamise aluseks on viis mõõdet:

1. **Võimekusega** seotud tegurid, mis mõjutavad personaalseid karjäärivalikuid.
2. Karjäärivalikute aluseks olevad **motivaatorid** ehk soovitud suunas tegutsema ajendavad vajadused ja väärtused.
3. **Töömaailma** tundmine, mis võimaldab sobitada enda isiksuseomadused ja oskused konkreetse elukutse raames nõutud väärtuste ja oskustega.
4. Karjääriplaani **elluviimise** oskused, mis mõjutavad eriala ja elukutse valikute tegemise edukust.
5. **Tugivõrgustik** ja kontaktide loomise oskus nende inimestega, kes saavad karjäärivalikute tegemisel abiks olla.

Kompassil on välja toodud karjäärivestluse aluseks olevad etapid ehk võtmekompetentsid ja näidisküsimused. Ennastjuhtiv noor valib ise küsimuse, mis teda Karjäärikompassi teemadest hetkel kõige enam kõnetab. Valikuvõimaluse delegeerimine noorele endale soodustab

eneseanalüüsi sügavust ja lihtsustab sobivate valikute tegemist.

Kõik noored ei pruugi olla ühtmoodi sõnaosavad oma vajaduste väljendamisel. Seega ei pruugi ilma toetavate abivahendite läbi viidud karjäärikõnelus nende puhul märkimisväärsed tulemusi anda, kuna vastused olulistele küsimustele jäävad napisõnaliseks. Karjäärikompassi matt aitab visualiseerida olulisi küsimusi ja valida noore jaoks hetkel kõige prioriteetsemat teemat, millega ta soovib nõustamise käigus tegeleda. Juhendaja ning teised rühmatöodes osalejad saavad abistada kompassil liikujat tema hetkeolukorra kohta avatud küsimuste küsimisega. Kompassi sektorite vahel liikumine hõlbustab õpilase ees seisvate karjääriküsimuste nägemist erinevate vaatenurkade alt. Samuti aitab Karjäärikompassi visuaalne kujutis valida järgmist sammu oma karjääriplaani koostamise teel, milleks võib olla nt huvipakkuva elukutse esindajaga vestlemine, töövarju päev või põhjalik infootsing õppimisvõimaluste kohta.

Karjäärikompassi võtmekompetentside kujundamisel on oluline tagada noortele kogemuslikku õppimist soodustav õpikeskkond. Noore karjääriteemaline vestlus usaldusliku täiskasvanuga (nt õpetaja, nõustaja või juhendajaga) on leitud olevat kõige tõhusam meetod võtmekompetentsidest teadlikuks saamisel ja nende rakendamisel karjääriplaneerimise käigus. Karjääriplaneerimise oskustele keskenduvad vestlused töötavad ühtviisi hästi nii koolikeskkonnas kui väljaspool kooli. Vestluse käigus on oluline keskenduda noore karjäärivalikuid kujundavate kogemuste reflekteerimisele ja mõtestamisele. Tähelepanu tuleb pöörata korraga nii noore mina-pildi kujunemisele kui ka teadlikkuse tõstmisele töömaailma võimaluste kohta. Karjäärivestlusel on noore võtmekompetentside kasvule ja tööalase identiteedi vormumisele leitud olevat isegi suurem mõju kui isikuomadustel.

Kuidas sina oma karjääri kujundad?

Artikli allikas:

Career Compass. A toolkit for career professionals. (Euroguidance Netherlands, 2011)

Training 'conducting career discussions'. (Euroguidance Netherlands, 2011)

Näide 1: INDIVIDUAALNE NÕUSTAMINE KARJÄÄRIKOMPASSI ABIL

Juhendi koostas: *Ele Linder, Pärnumaa Rajaleidja keskus*

Eesmärk

- Nõustatav analüüsib ennast ja teadvustab endale oma valikud ja võimalused.
- Nõustatav koostab ise enda karjääriplaani ja seab tähtjaid eesmärkide täitmiseks.

Sobiv sihtrühm: karjäärinõustamise soovijad

Läbiviimise aeg: 45 minutit

Vorm: Individuaalne nõustamine

Tegevuskäik

Tutvumine, usaldussuhte loomine, vestlus olukorra kaardistamiseks ja valikute selgitamiseks - millised erialavalikud on kaalumisel õppimiseks ja töötamiseks. Paluda nõustataval seista ringi keskele ja lasta tal ise valida esimene sektor, millega soovib tegeleda. Samal ajal võiks nõustajal olla valmis A4 lehel tööleht sama sektori teemadega (hea kui ka sarnase kujundusega), kuhu nõustaja või nõustatav saab protsessi käigus märkmeid teha, nt. märksõnu kirjutada.

Toetavad küsimused

- Juhul, kui nõustataval on raske esimest valikut teha, siis võib ka alustada **MOTIVATSIOONIST**.

Nõustatav küsib endalt: „Mida ma teha tahan?“ Nõustatav sõnastab enda jaoks, milline valdkond, milline konkreetne eriala ja millisel põhjusel talle meeldib.

Küsimus iseendale: „Mida annab mulle see, kui ma selles ametis tegutsen? Kas on midagi,

millest ma selle pärast loobuma pean?”

- Nõustatav keerab ennast päripäeva järgmise sektori suunas, milleks on **TUGIVÕRGUSTIK**.

Küsimused endale:

Kes saab mind minu valitud teel aidata? Kas tean lähedasi, kes tegelevad või on tegutsenud selles valdkonnas?

Milliseid antud valdkonna tippe, eeskujusid ma tean?

Kes on inimesed, kes toetavad minu ideed sellest ametist? Kui neid ei ole, siis kuidas ma saan endale selle valdkonna omandamiseks tugivõrgustiku moodustada?

Kes võiks olla mulle mentoriks, õpetajaks?

- Järgmiseks teemaks on **TÖÖMAAILM**.

Küsimused:

Kus ma saan seda teha?

Milliseid asutusi ja ettevõtteid tean huvipakkuvas valdkonnas?

Millises piirkonnas need asuvad?

Millised on selle ameti töötingimused? Kuidas need mulle sobivad?

Kuidas võiksin leida töö ja praktika võimalusi?

Kuidas kandideerida?

Mida ja kuidas kajastada CV-s?

Kuidas käituda töövestlusel?

Mis on soovitud valdkonna palgatase? Kas see vastab minu ootustele?

Olen ma mõelnud ettevõtlusele selles valdkonnas? Mida see endaga kaasa toob?

- Küsimused **VÕIMEKUSE** kohta:

Mida ma teha suudan?

Millised minu omadused aitavad mul selles töös edukas olla?

Milline on eduka või ideaalse selle ameti esindaja profiil?

Millised neist võimetest mul juba olemas on?

Milliseid võimeid oleks vaja edasi arendada?

Kas on midagi sellist, mis võib mulle takistuseks saada, nt. tervis, oskused või võimed?

Kuidas takistusi korvata?

- Lõpetuseks sobib hästi käsitleda teemat **ELLUVIIMINE**.

Kuidas ma saan teha seda, mida soovin?

Millised on konkreetsed sammud, mis mind soovitud tulemuseni viivad?

Kui teostatavad need minu jaoks on?

Milliseid ressursse need sammud nõuavad? Kas mul on need ressursid olemas? Kui ei ole, siis kas ma saan need kuidagi endale hankida?

Millal on iga sammu tähtaeg?

Nt. kui esimene samm on info otsimine õppimisvõimaluste kohta Rajaleidjast ja koolide kodulehtedelt, siis määrان konkreetse tähtaja selleks, nt. kolme päeva jooksul. Abitegevusena võib kasutada ka füüsilist liikumist karjääriplaneerimise sammude arutamisel (*N. E. Amundsoni järgi*).

Oodatavad tulemused

- Nõustatav on teadvustanud isiksuse, töömaailma, õppimisvõimaluste ja tugivõrgustiku analüüsist lähtuvalt oma valikud ja võimalused.
- Nõustatav on teadvustanud iseenda järjekindla tegevuse tähtsust isikliku karjääri eesmärkide elluviimisel ja seadnud eesmärkide saavutamiseks tähtajad.

Vajalikud vahendid

Karjäärikompassi ülesehitust järgiv tööleht, kirjutusvahend ja -alus.

Soovitused

Märkmete tegemine võib olla tülikas ja segada keskendumist, sest oluline on ka anda mugav alus kirjutamiseks. Samas on mõtete üleskirjutamine vajalik ja oluline, et nõustataval jääks arutatust jälg maha, nö. meelepea.

Näide 2: SISSEJUHATUS KARJÄÄRITEEMASSE RAJALEIDJA NÄITEL

Juhendi koostas: *Ele Linder, Pärnumaa Rajaleidja keskus*

Eesmärk

- Õppijad teadvustavad karjäärivaldkonna olemasolu ja seostavad ennast sellega.
- Õppijad teavad karjääriinfo leidmise võimalusi läbi rajaleidja.ee ja Rajaleidja keskuse.
- Õppijad teadvustavad iseenda järjekindla tegevuse tähtsust oma karjäärieesmärkide täitumisel.

Sobiv sihtrühm: põhikooli õpilased

Läbiviimise aeg: 90 minutit

Vorm: infoloeng

Grupi suurus: kuni 30

Tegevuskäik

- Sissejuhatuseks tutvustada õpilastele karjääriplaneerimist ja Rajaleidja keskuse karjääripetsialistide tööd.

Teemad: töötame keskus ja koolides, aitame aru saada, millisesse

kooli või millisele töökohale inimene sobib, kust ta peaks töökoha või kooli kohta infot otsima, aitame koostada kandideerimiseks vajalikke dokumente (CV, avaldus, motivatsioonikiri) jne.

- Vestlus õpilaste unistustest. Abiküsimused:

Kelleks soovivad saada? Kelleks soovisid nooremana saada?



- Karjäärikompassi tutvustus ja arutelu, kuidas see aitab inimesel oma valikuid analüüsida ja oma võimalustes selgusele jõuda. Karjääriplaani tegemine Karjäärikompassi abil. Näitlikustamiseks võib vabatahtlikul paluda astuda ringi keskele ja hakata juhendaja ning teiste õpilaste abiga vastavalt Karjäärikompassi alajaotustele oma unistust planeerima.
- Rajaleidja.ee kodulehe näitamine ja seostamine Karjäärikompassiga. Juhendamine kuidas Karjäärikompassi küsimustele Rajaleidjast vastuseid leida.
- Erinevad ameteid ja elukutseid tutvustavad karjäärimängud, nt. grupis ametite leidmine piltidelt (meditsiin, ehitus, kaubandus jne). Selgitus ametinimetuste osas, nt. riietehoiutädi vs garderoobihoidja.
- Rajaleidja ametite andmebaasi tutvustamine, huvipakkuvate ametikirjelduste lugemine.
- Rajaleidja mängu (ametid.rajaleidja.ee/mang) mängimine Rajaleidja.ee lehel. Üks vabatahtlik mängib on-line mängu läbi ja kaaslased aitavad tal vastuseid leida.

Oodatavad tulemused

- Õppijad on teadvustanud karjäärivaldkonna olemasolu ja seostavad ennast sellega.
- Õppijad teavad karjääriinfo leidmise võimalusi läbi rajaleidja.ee ja Rajaleidja keskuse.
- Õppijad teadvustavad iseenda järjekindla tegevuse tähtsust oma karjäärieesmärkide täitumisel.

Vajalikud vahendid

Arvuti, esitlustehnika, internet, ametite pildid, valge paber, kirjutusvahendid.

Soovitused

Ruumi peab olema piisavalt, et Karjäärikompass mahuks põrandale nii, et kõik seda näeksid ka gruppina.

Näide 3: KOMPAME KARJÄÄRI! Vol 1

Juhendi koostasid: Ele Linder ja Terje Jürivete, Pärnumaa Rajaleidja keskus



Eesmärk

- Tutvustada põhikooli teise astme õpilastele Rajaleidja keskus ja karjääripetsialistide tööülesandeid.
- Tutvustada Karjäärikompassi abil erinevaid ameteid.
- Teadvustada karjääri planeerimise etappe.

Sobiv sihtrühm: põhikooli II astme õpilased

Läbiviimise aeg: 30-45 minutit

Vorm: grupitöö

Grupi suurus: 10-12 õpilast

Tegevuskäik

- Õpilased istuvad maas Karjäärikompassi ümber patjadel.
- Sissejuhatuseks tehakse Rajaleidja keskuse tutvus. Tutvustatakse karjääripetsialistide tööd ehk mida me teeme.

Töötame keskus ja koolides; aitame aru saada millisesse kooli või millisele töökohale inimene sobib; kust ta peaks töökoha või kooli kohta infot otsima; aitame koostada elulookirjeldust, avaldust jne.

- Toimub vestlus nendest ametitest, mida peavad grupitöös osalevate õpilaste vanemad.
- Järgmiseks vesteldakse õpilaste ametialastest unistustest.
- Vestlus oma elu planeerimisest. Näidiseks on karjääriplaani tegemine Karjäärikompassi abil. Selleks valitakse üks vabatahtlik, kes soovib kohapeal näite läbi teha. Soovija astub ringi keskele ja hakkab juhendaja ning teiste õpilaste abiga vastavalt Karjäärikompassi alajaotustele oma unistust planeerima.

Toetavad küsimused õpilastele

- Mis te arvate, mis tööd teevad karjäärinõustaja ja karjääriinfo spetsialist?
- Kas te teate, kus töötavad teie vanemad? Mida nad teevad?
- Kellena sina soovid kunagi töötada?
- Mitme ameti vahel on teil valida? Kui palju on maailmas ameteid?
- Kas te teate, kuidas saada selleks, kelleks unistad? Mida sa pead oma unistuse täitumiseks tegema?
- Kuidas sa saad selle ameti selgeks?
- Kas sa peaksid õppima gümnaasiumis, kutse- või kõrgkoolis?

Oodatavad tulemused

- Õpilased on teadlikud karjäärispetsialistidest, teavad oma võimalust karjäärialast nõu saada.
- Õpilased on tutvunud erinevate ametitega.
- Õpilased on tutvunud karjääriplaneerimise etappidega.

Vajalikud vahendid

Tähelepanu koondajana võib kasutada mõistatusi ametite nimetuste kohta.

Allikas: Tartu KHK poolt välja antud ametite anagrammide kaardid.

Soovitused

- Karjäärikompassiga võib külastada kooli või tulevad õpilased Rajaleidja keskusega kohapeale tutvuma, nt võib õpilaste külaskäik olla osa mõnest muust kooli tegevuspäevast.
- Kuni 30 minutit on põhikooli teise astme õpilastele piisav aeg paigal istumiseks. Kui aega on läbiviimiseks rohkem, siis on soovitatav mingisugust füüsilist harjutust teha jalgade väsimuse vastu.
- Nendele õpilastele, kes ei tea oma vanemate tööst midagi, võib anda soovituse see kodus järgi uurida.

Muud kommentaarid

Näide vestlusest:

„Mis on Rajaleidja?“

„Teie oletegi.“

*„Miks see nimi on
rajaleidja?“*

„Aitate inimestel rada leida.“

*„Jah, me tõesti aitamegi leida
inimestel oma rada.“*



Näide 4: KOMPAME KARJÄÄRI! Vol 2

Juhendi koostas: *Terje Jürivete, Pärnumaa Rajaleidja keskus*



Eesmärk

- Tutvustada Karjäärikompassi abil erinevaid ameteid.
- Teadvustada sobivate isikuomaduste tähtsust ameti valikul.

Sobiv sihtrühm: põhikooli II ja III astme õpilased

Läbiviimise aeg: 45-60 minutit

Vorm: grupitöö

Grupi suurus: kuni 10 õpilast

Tegevuskäik

Sissejuhatuseks selgitab grupitöö läbiviija ametite ja isikuomaduste seost Karjäärikompassi küsimustega.

1. Ametite tutvustamine

Ülesanne õpilastele: vali kolm selliste ametitega Jobpics-i kaarti, mida tahaksid pidada.

Kas kingiksid mõne ameti siiski mõnele teisele grupis osalejale, kellele sobib see paremini?

Vestlusring ameti valimise teemal. Selgituseks õpilastele, et ameteid on väga palju – umbes 40 000. Sellise hulga valikuvõimaluste puhul on oluline teada, kuidas leida nende

seast endale sobiv. Nõustaja selgitab õpilastele, kuidas elukutsete tüübid J. Hollandi kutse-eelistuste mudeli alusel valdkondadeks jagunevad.

Vestlusring ameti õppimise teemal. Küsimus õpilastele: „Kas sa tead, kas sinu valitud ametit saab õppida kutsekoolis või kõrgkoolis?“

Vestlusring elukoha (nt linna, maakonna) töökohtade teemal. Küsimused õpilastele: „Kas sa tead, kas sinu elukohas on sinu valitud ametikaardil oleva ameti töökohti? Kus need täpsemalt asuvad? Millistes asutustes saaksid veel töötada?“

2. Isikuomaduste tundmine ja nende olulisus ametite valikul

Ülesanne õpilastele: vali isikuomaduste pakist igale grupikaaslasele kolm isikuomaduse kaarti, mis teda iseloomustavad. Jaga igale kaaslasele oma valitud kaardid.

Vestlusring isikuomaduste tundmise tähtsuse teemal.

Ülesanne õpilastele: „Mõtle, kuidas sinu käes olevad isikuomadused on seotud sinu poolt valitud ametitega? Kas need omadused toetavad selle ameti pidamist?“

Oodatavad tulemused

- Õpilased on tutvunud erinevate ametitega.
- Õpilased on teadvustanud isikuomaduste tähtsust ameti valikul.

Vajalikud vahendid

Jobpics-i ametite kaardid, lamineeritud kaardid positiivsete isikuomadustega.

Näide 5: UNISTUSTE AMET

Juhendi koostas: *Piia Uuspõld, Järvamaa Rajaleidja keskus*

Eesmärk

- Tutvustada Karjäärikompassi abil erinevaid ameteid.
- Teadvustada õpilastele karjääri planeerimise etappe.

Sobiv sihtrühm: põhikooli 8.-9. klass

Läbiviimise aeg: 2 x 45 min

Vorm: infotöö

Grupi suurus: 10-15

Tegevuskäik

Noored jagatakse 3-4 liikmelistesse gruppidesse.

Iga grupp valib endale ühe ameti, mis neile meeldib.

Juhend grupile

Põhikooli lõpetavat noort huvitab teie poolt välja valitud elukutse ja ta tahab seda tööd tulevikus teha.

Ülesande kirjeldus

Vastavalt Karjäärikompassi teemadele kaardistada grupis ära, millised omadused ja oskused on selle töö juures olulised; millist haridust ta vajab ja kus töötama hakkab; mis võiks motiveerida; kelle toetus on oluline ja millisel moel; kuidas ta oma eesmärgini jõuab.

Kujundada etteantud lisavahendite abil grupiarutelu tulemusel plakat, mis võtab kokku ülesande käigus kaardistatud teemad. Õpilased võivad plakati kujundamisel kasutada joonistamist, kirjutada juurde mõtteid ja soovitusi, kleepida kollaažiks pilte ja sõnu või tekste vanadest ajakirjadest-ajalehtedest.

Peale plakatite valmimist tutvustatakse teistele gruppidele oma ühistöö tulemust ja arutletakse ühiselt, mida grupitöö käigus teada saadi.

Toetavad küsimused

- Kui ise ei tea vastuseid kõikidele küsimustele, siis kelle käest saad küsida lisainfot?
- Millised oleksid esimesed sammud soovitud töökohani jõudmisel?

Oodatavad tulemused

- Õpilased on tutvunud erinevate ametitega.
- Õpilased teavad, millised on karjääriplaneerimise etapid.

Vajalikud vahendid

- Plakati kujundamiseks suur paber, markerid, liim, käärid, vanad ajakirjad ja ajalehed.
- Võimalusel kasutada Rajaleidja ametite andmebaasi (nt nutitelefonis) lisainfo otsimiseks.

Näide 6: KARJÄÄRIKOMPASSIGA TULEVIKKU

Juhendi koostasid: *Eha Raav ja Kadri Pelisaar, Põlvamaa Rajaleidja keskus*

Eesmärk

Õpilastel on oskus kasutada oma „karjäärikompassi“ ehk karjääriplaneerimise oskusi koos töövihikuga „Abimees Sinu tulevikuplaanide tegemisel“.

Sobiv sihtrühm: põhikooli III aste, 9. klass

Läbiviimise aeg: 2 x 45 minutit

Vorm: infotöö ja grupinõustamine koos

Grupi suurus: kuni 10

Tegevuskäik

Õpilased külastavad Rajaleidja keskust ja teevad kohapeal Karjäärikompassi järgi läbi karjääriplaneerimise mudeli.

Õpilased ja juhendajad istuvad ringis ümber mati. Juhendajad algatavad õpilaste seas arutelu teemal, kuidas Karjäärikompassil olevad küsimused neid kõnetavad ja milliseid mõtteid äratavad. Kõik osalejad saavad kordamööda sõna. Seejärel arutatakse läbi kõik Karjäärikompassi sektorid. Lisaks täidetakse karjäärivihikust töölehti, mängitakse karjääriteemalisi mänge ja tutvutakse internetis leiduva karjääriinfoga.

1. **Motivatsioon ehk Mida ma tahan?**

Küsimus õpilastele: „Millised on minu kõige lähemad plaanid peale põhikooli?“ Grupis arutletakse ühiselt kõikide võimalike variantide üle, miks ikkagi on kõige kasulikum jätkata õpinguid.

Õpilased täidavad karjäärivihikust töölehe „Gümnaasium või kutsekool?“ (lk 21).

2. Võimekus ehk Mida ma suudan?

Õpilased täidavad karjäärivihikust töölehed „Minu võimed“ (lk 12-13) ja „Minu iseloom“ (lk 6).

Seejärel analüüsitakse juhendajate abil töölehtede täitmist ja antakse õpilastele selgitusi võimete ning iseloomuomaduste kohta.

Töölehtede täitmisele vahelduseks võib mängida mõnda seltskonnamängu, mille käigus saab õppida oma kaaslast iseloomustama, nt „Reaalsuskontroll“ (<http://www.apollo.ee/lauamang-reaalsuskontroll.html>) või kaasata õpilased liikumist eeldavasse tegevusse.

3. Tugivõrgustik ehk Kes saab mind aidata?

Tugivõrgustiku kaardistamisel võib kasutada juhendaja poolt ette antud pilti, millele osalejad saavad ise täiendusi juurde lisada või visandada kohapeal ise joonistuse, mille keskel on kujundatud õpilast ennast ning teda ümbritsevad ringina tema tugivõrgustikku kuuluvad inimesed. Õpilased kirjutavad tugivõrgustiku pildile üles need inimesed, kes saavad neile karjääriplaneerimisel ja valikute tegemisel abiks olla.

4. Töömaailm ehk Kus ma saan seda teha?

Vestlusringi juhendaja näitab õpilastele arvutist vajalikke internetilehekülgi, kust saab karjääriinfot otsida.

Lisaks soovitatakse õpilastel hiljem samal päeval täita karjäärivihikust tööleht „Minu ametid“ (lk 41).

5. Elluviimine ehk Kuidas ma saan seda teha?

Osalejatele jagatakse tööleht jalajälgedega, millel on kujutatud neli sammu. Õpilased kirjutavad individuaalselt, mis on need esimesed sammud, mida kohtumise järel konkreetselt tuleks tegema hakata ehk kuidas toimub oma karjääriplaani elluviimine.

Kohtumise lõpus küsitakse kõigilt osalejatelt tagasisidet grupitöö käigus kogetu kohta.

Oodatavad tulemused

Õpilased oskavad isikliku karjäärivihiku täitmist oma karjääriplaneerimise oskustega ehk „kompassi“ kasutamisega paremini seostada.

Vajalikud vahendid

Karjäärivihik õpilastele „Abimees Sinu tulevikuplaanide tegemisel“, tööleht tugivõrgustiku pildiga või valge paber ja joonistusvahendid, tööleht jalajälgedega, seltskondlik lauamäng („Reaalsuskontroll“), internetiühendusega arvuti.

Soovitused

Väikeses grupis saab väga hästi vaheldumisi

karjääriplaneerimisega seotud teemade üle arutleda ja karjäärivihikus töölehti täita.

Õpilastele meeldivad vahelduvad, aktiivse kaasamise tehnikaid kasutavad tegevused väga.



Näide 7: LAUAMÄNG „KARJÄÄRIKOMPASS“

Juhendi koostasid: *Eha Raav ja Kadri Pelisaar, Põlvamaa Rajaleidja keskus*

Eesmärk

Tutvustada karjäärivaliku põhilisi küsimusi ja arutleda nende üle läbi mängu.

Sobiv sihtrühm: 8.-10. klassi õpilased (ülesandeid varieerides saab kohaldada erinevatele vanuserühmadele)

Läbiviimise aeg: 2 x 45 min

Vorm: infotöö ja grupinõustamine koos

Grupi suurus: Sobilik väikestele klassidele, mängijate arv 4-7, suurema grupi puhul võib jagada osalejad väikesteks, 2-3 inimese võistkondadeks.

Tegevuskäik

Karjäärikompassi matt muudetakse lauamängu väljaks. Välimisse, punasesse ringi asetatakse igasse sektorisse viis postkaarti/ümbrikku (võib ka rohkem), millele saab nupuga käia. Pildid võiksid vastavat sektorit iseloomustada (nt Töömaailmas ametite esindajad jne). Postkaardi tagumisel küljel või ümbriku sees on sektori teemaga haakuv küsimus või ülesanne. Ülesanded on erinevat tüüpi. Vastajale võib sattuda küsimus, mis eeldab vastuseks ühte lauset, kuid võib sattuda ka ülesanne, mis vajab pikemat mõtlemist.

Näiteülesanded

MOTIVATSIOON

1. Palun räägi, kuidas järgnev lugu on seotud motivatsiooniga.

Mees läks mööda teed, kandes rasket kivi. Mööduja küsis temalt, miks ta seda teeb. Mees vastas: „Ma olen ori. Ma pean seda tegema. Mul on kästud seda teha.“ Teine mees tuli mööda teed, kandes rasket kivi ja ka temalt küsiti sama küsimus. Mees vastas: „Mulle on selle eest makstud. See on küll raske töö, aga see ei ole halb töö.“ Kolmandalt mehelt, kes tuli mööda teed, kandes rasket kivi, sai samuti küsitud, miks ta seda teeb. „Ma ehitan katedraali,“ oli vastus.

2. Missugused laused iseloomustavad sisemist, missugused välimist motivatsiooni? Sobita laused.

- 1) Mul on soov areneda.
- 2) Ma tahan seda teha.
- 3) Ma teen seda, kuna mulle makstakse selle eest.
- 4) See tegevus pakub mulle huvi.
- 5) Ma soovin silma paista (edevus)
- 6) Mul tuleb õppida, muidu visatakse mind koolist välja
- 7) Ma pean seda tegema, kuna ma olen seda lubanud.
- 8) Ma pean seda tegema.

TUGIVÕRGUSTIK

1. Nimeta iga kaaslase puhul üks oskus, millega ta saaks sind aidata.
2. Kuidas saab sind aidata karjäärinõustaja?

TÖÖMAAILM

1. Sobita omavahel eriala ja selle kirjeldus (pottsepp, florist, keskkonnatehnika lukksepp, sadulsepp, logistik).

2. Lahenda ametite anagrammid.

VÕIMEKUS

1. Kujuta ilma sõnadeta, mida sa oskad hästi teha.
2. Vali meelepärane pilt ja nimeta kaks oskust, mida läheb vaja selles ametis (kasutusel valik Jobpics kaarte).

ELLUVIIMINE

1. Palun nimeta üks ütlus/vanasõna/mõttetetera/oma lause, mis julgustab eesmärgi poole püüdlemisel.
2. Nimeta üks internetilehekül, kust saab head infot oma karjäärivaliku tegemiseks ja plaani elluviimiseks.

Vajadusel võib pakkuda ka õlekõrsi: 1. sõbra abi, 2. mängu läbiviijate poolne vihje.

Mängu start on motivatsiooni juures, finiš elluviimise juures. Mäng käib ringiratast. Edasiliikumise sammud määrab täring. Alustab mängija, kes veeretab alguses kõige rohkem täringusilmi.

Kui küsimus on läbitud ja ülesanne sooritatud, siis see kaart (mänguruut) eemaldatakse mänguväljalt.

Kui mänguaeg on läbi või kui kõik kaardid ja ülesanded on mängulaualt otsa saanud, siis selgub võitja. Võitjaks on mängija(d), kes on mängu lõppedes jäänud elluviimise sektorisse. Kui keegi pole sinna sektorisse jäänud, siis võidab kõige lähemal asuv mängija.

Toetavad küsimused

Ülesandeid järk-järgult läbides saab küsimuste vahel küsida noortelt lisaküsimusi, arutleda

nende teemade üle, tuua välja olulisim. Kui mängija jääb oma ülesande lahendamisel hätta, siis antakse lisavihjeid ning küsitakse abistavaid lisaküsimusi.

Oodatavad tulemused

Uued teadmised karjääri planeerimisest, karjääriküsimuse seostamine oma isiklike valikutega, analüüsioskused, esinemisjulgus, väljendusoskus (mängijad peavad ülesannet teistega jagama) ning spetsiifiliste ülesannete lahendamise oskus.

Vajalikud vahendid

Ümbrikud koos ülesannetega 5 x 5 erinevat, piltidega postkaardid, Jobpics kaardid, lõbusad mängunupud (nt mudelautod, mänguasjad üllatusmunast vms), suurem täring.

Muud kommentaarid

Lauamängu saab siduda karjäärivihikuga, kus vastava teema arutelu käigus täidetakse kohapeal sama teema kohta käivat töölehte.

Fotod asuvad kaustas „Põlvamaa fotod“ -> „Mikitamäe 8. ja 9. kl lauamäng“

Versioon viiele täiskasvanud mängijale

Igal kompassi sektoril on üks ümbrik, mille sees on üks „Lugu“. Iga osaleja saab ühe ümbriku. Omanik loeb teistele loo ette ja kommenteerib esimesena, milliseid mõtteid see lugu temas tekitas ja kuidas haakub see lugu sektori teemaga. Seejärel saavad teised osalejad võimaluse tema lugu kommenteerida ja tekib kogemuste vahetamise arutelu.

Lugude allikad: raamatud „Metafoori maagia“, „Õpetajat otsides“ jne.

Näide 8: KARJÄÄRITUND „MIDA? KES? KUS? KUIDAS?“

Juhendi koostasid: *Eha Raav ja Kadri Pelisaar, Põlvamaa Rajaleidja keskus*

Eesmärk

Enesetundmise ja oma võimaluste teadmise olulisuse selgitamine.

Sobiv sihtrühm: põhikooli III aste, 8.-10. klass

Läbiviimise aeg: 2 x 45 min

Vorm: infotöö ja grupinõustamine koos

Grupi suurus: 10 - 15

Tegevuskäik

Sissejuhatuseks tundi istutakse ringis ümber mati ja grupitöö juhendaja selgitab Karjäärikompassi kohta: „Sellel kompassil on kirjas kõige põhilisemad karjääriplaneerimist puudutavad küsimused. Püüame täna siin nende üle koos mõelda ja neist rohkem teada saada.“

Osalejad võtavad paaridesse ja neile loositakse Karjäärikompassil olevad küsimused nii, et iga paar saab ühe sektori. Õpilaste ülesandeks on paaris arutleda, missugused märksõnad seoses nende küsimustega tekivad, panna märksõnad Post-it'itele kirja ja asetada vastavasse sektorisse. Järgneb arutelu, miks nad sellised märksõnad valisid ja mida nad nendega silmas pidasid.

Seejärel käiakse kõik kompassi sektorid põhjalikult läbi, et koguda iga teema kohta täiendavaid teadmisi. Iga sektori jaoks on erinev ülesanne või meetod, kuidas seda läbi töötatakse.

Motivatsioon ehk mida ma tahan?

Selle küsimuse juures saab osalejatega arutada selle üle, millest unistatakse ja mida soovitakse (nt *ilusat kodu, head palka, mõnusat töökohta, lähedaid inimesi enda ümber, ilusat kaaslast, kaasaegset töökeskkonda sh seadmeid, mööblit, autot, peret, paremat maailma jne*). Unistusi võib ka joonistada või kollaaži koostada. Visualiseerimise meetodeid on eriti sobiv kasutada juhul, kui osalejatel on raske end sõnades väljendada.

Võimekus ehk mida ma suudan?

Osalejad täidavad karjäärivihikust „Abimees Sinu tulevikuplaanide tegemisel“ töölehed „Minu oskused“ (lk 8) ja „Minu iseloom“ (lk 6).

Arutletakse teemal, miks on oluline ennast tunda.

Teise tunni alguses peale vahetundi või puhkepausi võib mängida teemasse taas sissejuhatavat mängu Karjääribingo. „Karjääribingo“ töölehel kajastuvad oskused, senised kogemused, iseloomuomadused jms teemad.

Töömaailm ehk kus ma saan seda teha?

Grupitöö juhendaja näitab õpilastele arvutist vajalikke internetilehekülgi, kust leiab kasulikku infot. Nt koolide ja õpetatavate erialade kodulehed, Rajaleidja ametite andmebaas, kutseharidus.ee, Stardiplatsi CV vorm jms.

Tugivõrgustik ehk kes saab mind aidata?

Tugivõrgustiku kaardistamisel võib kasutada juhendaja poolt ette antud pilti, millele osalejad saavad ise täiendusi juurde lisada või visandada kohapeal ise joonistuse, mille keskel on kujundatud õpilast ennast ning teda ümbritsevad ringina tema tugivõrgustikku kuuluvad inimesed. Õpilased kirjutavad tugivõrgustiku pildile üles need inimesed, kes saavad neile karjääriplaneerimisel ja valikute tegemisel abiks olla. Juhul kui ajaliselt ei jõuaks kõiki

Karjäärikompassi küsimusi läbi arutada, siis võib töölehe jagada ka hiljem kodus täitmiseks või lõpetamiseks.

Elluviimine ehk kuidas ma saan seda teha?

Osalejatele jagatakse tööleht jalajälgedega, millel on kujutatud neli sammu. Õpilased kirjutavad individuaalselt esimesele kahele jäljele, mida nad konkreetset järgmiseks teevad, et ennast paremaks Karjäärikompassi kasutajaks ette valmistada.

Lõpetuseks toimub suures ringis arutelu, milliseid teadmisi juurde saadi. Viimaseks ülesandeks palutakse osalejatel täita tagasiside lehed.

Toetavad küsimused

Esialgu võib õpilastel olla mõne teema juurde raske ilma vastava eelinfota märksõnu leida. Niidiotsa saab kätte anda mõnede abistavate küsimustega. Nt: „Mida tavaliselt ellu viiakse? Mis aitab inimestel eesmärged ellu viia? Jne.“

Oodatavad tulemused

Õpilasel tekib terviklik ülevaade olulistest küsimustest ja aspektidest karjääri planeerimisel. Õpilane saab teadmised kasulikest infoallikatest, õpib tundma oma olemasolevaid oskusi ja iseloomuomadusi, näeb laiemat tugivõrgustikku.

Vajalikud vahendid

Kleepuvad märkmepaberid, A4 paberid ja pliiatsid joonistamiseks, karjäärivihik „Abimees Sinu tulevikuplaanide tegemisel“, töölehed „Minu oskused“, „Minu iseloom“, „Karjääribingo“, „Minu tugivõrgustik“, „Minu sammud“, internetiühendusega arvuti.

Soovitused

Õpilastele meeldivad vahelduvad, aktiivse kaasamise tehnikaid kasutavad tegevused nagu nt karjääribingo mängimine. Lisategevusi tuleks kohandada vastavalt osalejatele. Mõne teema juures võib kirjutamise asemel kasutada nt joonistamist või kollaaži koostamist. Sealjuures tuleb arvestada kogu grupitööks planeeritud ajaga, et kõik Karjäärikompassi küsimused saaksid kohapeal kiirustamata läbi arutatud.



Näide 9: OSALUSKOHVIK „APPI! MA LÕPETASIN KOOLI! MIS NÜÜD?“

Juhendi koostasid: *Eha Raav ja Kadri Pelisaar, Põlvamaa Rajaleidja keskus*

Eesmärk

Teadvustada õpilastele karjääriplaneerimist, kui olulist tegevust kooli lõpetamisega seotud ärevuse vähendamiseks.

Sihtrühm: 9.-12. kl õpilased

Läbiviimise aeg: 45 minutit

Vorm: grupitöö

Grupi suurus: 15

Tegevuskäik

Karjäärikompassil olevate planeerimise küsimustega tutvumine.

Juhendajad algatavad osalejate seas arutelu teemal, milline Karjäärikompassil olev küsimus neid kõige enam kõnetab. Õpilased kirjutavad märkmepaberitele märksõnu ja asetavad need kompassi matile vastavatesse sektorisse.

Seejärel toimub arutelu kompassile lisatud märksõnade üle. Grupitöö juhendaja saab aidata noortel leida sobivad ideid erinevateks tegevusteks, mille abil karjääriplaneerimisega seotud küsimused enda jaoks selgemaks saaksid. Arutelu lõpuks paigutavad noored neile etteantud pildid vastavatesse sektoritesse ning põhjendavad oma valikut.

Osalejatele jagatakse „Jalajälgede“ tööleht. Õpilasi juhendatakse individuaalsel töölehe täitmisel - milliseid samme saan astuda järgmise kolme kuu jooksul oma karjääri planeerimiseks.

Kokkuvõtvalt on hea tuua veelkord välja karjääriplaneerimise roll kooli lõpetamise ja

tulevikuvalikute tegemisega tekkida võiva ärevusetunde ennetamisel.

Oodatavad tulemused

Noored oskavad näha teadliku karjääriplaneerimise kasu kooli lõpetamisega seotud hirmude ja ärevuse vähendamiseks.

Vajalikud vahendid

Väikesed märkmepaberid, Karjäärikompassi sektoritesse sobivad A4-suuruses pildid, kirjutusvahendid, tööleht „Jalajäljed“.



Näide 10: MINA 10 AASTA PÄRAST

Juhendi koostas: *Piia Uuspõld, Järvamaa Rajaleidja keskus*

Eesmärk

Teadvustada õpilastele karjääri planeerimise etappe.

Sihtrühm: põhikooli III aste, gümnaasium

Läbiviimise aeg: 2x45 min

Vorm: infotöö

Grupi suurus: 10-15

Tegevuskäik

Tutvumine Karjäärikompassiga, millistest valdkondadest see koosneb, mis sinna alla kuulub, millised küsimused abistavad nende tõlgendamist.

Ülesande kirjeldus

Kujutle ette, et tänasest päevast on möödas 10 või isegi 15 aastat. Oled saanud hariduse ja käid tööl. Leia vastused järgmistele küsimustele:

- Milline su elu on? Mis sinna kindlasti peab kuuluma, et oleksid õnnelik?
- Kus sa elad? Milline su kodu välja näeb? Kus see asub? Kes seal veel peale sinu elavad ja millega nad tegelevad? Kuidas liigud kodu ja töökoha vahel või töötad hoopis kodus?
- Kellena sa töötad? Milline su töökoht välja näeb? Milliseid ülesandeid töö käigus täidad? Kas töötad üksinda või koostöös teistega? Milline on sinu töökorraldus – kas viibid terve päeva ühes kohas või liigud ringi? Milliseid töövahendeid kasutad? Milline on sinu töö

tulemus?

- Kuidas sa sinna jõudsid? Milliseid samme selleks läbisid? Mis oli esimene samm oma teel, mille pidid soovitud eesmärgini jõudmiseks astuma?
- Kuidas veedad nädalavahetusi ja puhkust? Milliste tegevustega on täidetud sinu vaba aeg? Kas eelistad vabal ajal olla ja tegutseda üksinda või koos teistega?
- Millega sa peale tööl käimise veel tegeled ehk millises tegevuses oled leidnud eneseteostuse? Milliste huvialadega tegeled? Mis on sulle südamelähedane? Mis sul hästi välja tuleb? Millist tegevust naudid?
- Mis sind liikuma paneb ehk kõige enam motiveerib? Miks just see?
- Mis võib osutuda takistavaks soovitud töökohani jõudmisel? Kuidas neid takistusi ennetada või nendega toime tulla?
- Kes on inimesed sinu ümber ehk milline on sinu tugivõrgustik? Kui kättesaadavad nad sulle on? Kui sageli nende poole pöördud? Millistes küsimustes saavad nad sulle toeks olla?
- Veel midagi, mida tahad kindlasti lisada või teada saada?

Kujunda etteantud lisavahendite abil plakat, mis võtab kokku ülesande käigus vastuse saanud küsimused ehk sinu unistuste elu. Plakati kujundamisel võid kasutada joonistamist, kirjutada juurde mõtteid ja soovitusi, kleepida kollaažiks pilte ja sõnu või tekste vanadest ajakirjadest-ajalehtedest.

Valmis töid tutvustatakse rühmale, mille käigus saab arutleda erinevaid karjääriteid ja täiendada võimalusi.

Oodatavad tulemused

Õpilased teavad, millised on karjääriplaneerimise etapid.

Vajalikud vahendid

Plakati kujundamiseks suur paber, markerid, liim, käärid, vanad ajakirjad ja ajalehed.

Soovitused

Võimalusel ja vajadusel saab otsida lisainfot internetist – huvitava ameti, hobide jm teemade kohta.



Näide 11: ETTEVÕTLUSMÄNG KARJÄÄRIKOMPASSI PÕHJAL

Juhendi koostas: *Piia Uuspõld, Järvamaa Rajaleidja keskus*; Ettevõtlusmängu põhi: *Kelly Kruusmann*

Eesmärk

Tutvuda karjääriplaneerimise etappidega läbi loova tegevuse.

Sihtrühm: põhikooli III aste, gümnaasium

Läbiviimise aeg: 2x45 min

Vorm: infotöö

Grupi suurus: 10-20

Tegevuskäik

- **Teadlikkus võimekusest**

Kompassiga tutvumist alustatakse võimekusega. Iga osavõtja kirjutab Post-it'ile, milles just tema on enda hinnangul maailma parim. Seejärel asetatakse paberid kompassile väärtuste lahtrisse. Siinkohal saab osalejatega arutleda väärtuste teemat laiemalt. Nt. kuidas seostuvad väärtused inimesele meelepäraste tegevusvaldkondade ja tööstiilidega.

- **Tutvumine töömaailmaga**

Valitakse vabatahtlikud grupijuhid, kes valivad Post-it'ite CV-de alusel endale 3-5-liikmelised meeskonnad.

Juhend grupele:

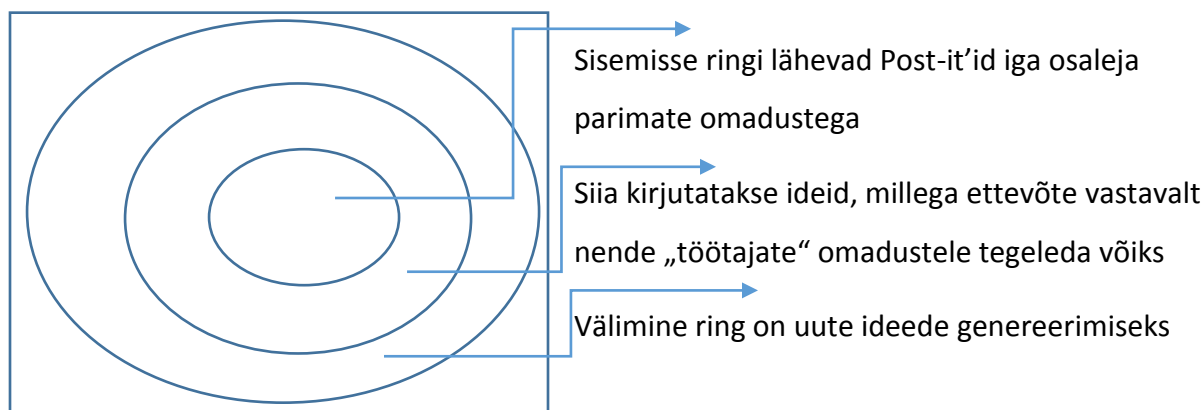
„Kujutleme nüüd ette, et möödunud on kümme aastat. Meie vabatahtlikud on noored hakkajad inimesed, kes otsustasid asutada oma ettevõtteid. Nad panid ajalehte kuulutuse, et otsivad endale töötajaid ja said hulga CV-sid (osalejate Post-it'id).“

Nüüd valivad nad kordamööda endale meeskonda sobilike oskuste/omadustega inimesed, kellega koostööd teha. Sel viisil otsitakse oma unistuste meeskond kokku.

Tekkinud meeskondadel toimub seejärel esimene töökoosolek, kus on vaja paika panna, millega selline ettevõtte tegutseda võiks. Pannakse kirja kõikvõimalikud ideed. Selleks saavad nad suure lehe, kus on kolm ringi. Sisemisse ringi kleebitakse kõigi meeskonnaliikmete Post-it'id, et kogu aeg oleks silme ees, mida hästi osatakse ning mis võimetega inimesed ettevõttes „töötavad“. Keskmisesse ringi hakatakse pakkuma ideid, millised on erinevad tegevusvaldkonnad. Kui igal meeskonnal on juba mõni hulk mõtteid kirjas, siis teatab juht, et kahjuks on kõik need mõtted juba kasutatud ja nüüd on vaja leida enda ettevõttele selliseid tegevusvaldkondasid, mida veel pole olemas. Seejuures ei ole probleemi rahaga ja kõik on võimalik – tuleb mõelda nõ. „kastist välja“. Mõni väga erandlik meeskond hakkab kohe esimeses ringis selliseid ideid pakkuma, siis jääb vahepealne etapp vahele.

Ideede loomise soodustamiseks võib pakkuda juurde nt. metafoorikaarte „Kaardid mõtlemise avardamiseks“ (www.probleemilahendus.ee) – kuidas saadud pilte vms abivahendeid oma oskustega siduda.

Ideede genereerimise tulemusel valib iga meeskond ühe uuendusliku idee, mida tutvustatakse klassile. Millega ettevõtte täpselt tegeleb; kellele nende toode/teenus suunatud on; kuidas see täpselt töötab jne.



- **Motivatsioon**

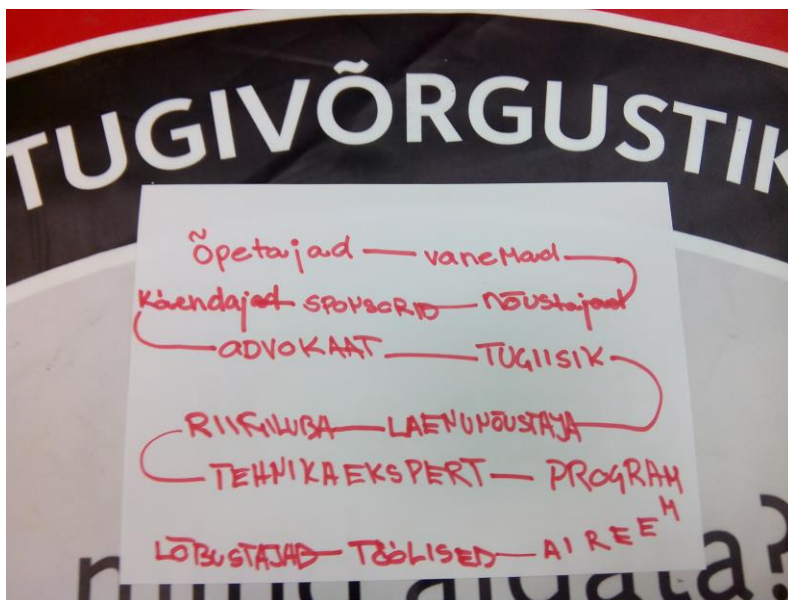
Iga meeskond saab peotäie tühjasid paberiribasid, kuhu igale lehele kirjutatakse erinevaid motivaatoreid, mis neid tööle paneksid? Mida nad vajavad, et hästi tööd teha saaksid? Järgneb arutelu erinevate motivaatorite üle – milliseid nad ise tähtsaks peavad, mis võib elu jooksul muutuda, kas on ameteid, mida nt ei saaks teha raha pärast jne. Samal ajal lisada motivaatorilehed kompassile.

- **Tugivõrgustik**

Kõik meeskonnad saavad tühja lehe ja mõned ajakirjad, et soovi korral saaks ülesande pildina vormistada. Ülesandeks on panna kokku nende ettevõttele olulised inimesed ehk tugivõrgustik. Kes on need inimesed, kelle toel nii kaugele jõutud on? Milliseid olulisi inimesi ettevõtte oma arengus vajab?

Küsimused aruteluks

Millised on erinevad võimalused, kuidas meid toetada saab? Millised on need inimesed meie ümber, kes kuidagimoodi abiks on?



Lõpetuseks tehakse kohapeal tehtust kokkuvõtte, eesmärgiga jõuda järeldusele, et erinevate sammude läbimõtlemine ongi vajalik ettevalmistav protsess oma mõtete elluviimisel. Samamoodi saab erinevaid etappe läbi mõelda ka muude valdkondade juures, mitte ainult ettevõtte loomise käigus.

Oodatavad tulemused

Õpilane teab, millised on karjääriplaneerimise etapid.

Vajalikud vahendid

Igale meeskonnale suur valge paber ettejoonistatud ringidega, Post-it'id, valget A4 paberit, vanu ajakirju ja ajalehti, liimi, kääre. Võimalusel „Kaardid mõtlemise avardamiseks“ vms. abimaterjal, mis paneks teises suunas mõtlema.

Näide 12: KARJÄÄRIPLANEERIMINE – MIKS JA KUIDAS?

Juhendi koostas: *Terje Jürivete, Pärnumaa Rajaleidja keskus*

Eesmärk

- Õppijad teadvustavad karjääriplaneerimise etappe ja protsessi tähtsust.
- Õppijad teadvustavad iseenda järjekindla tegevuse tähtsust oma karjäärieesmärkide täitumisel.

Sihtrühm: kutsekooli 1. õppeaasta õppijad

Läbiviimise aeg: 90 minutit

Vorm: infotöö

Grupi suurus: 15

Tegevuskäik

Toimub kutseõppekava mooduli „Karjääriplaneerimine ja ettevõtluse alused“ sissejuhatav ainetund.

Tunnis käsitletavat teemat: ametid, mida saaksid oma õpitavas valdkonnas pidada, erinevad karjäärivõimalused, tööelu pikkus, oodatavad omadused tänapäeval tööturul, eesmärgi ja planeerimise olulisus oma sobiva elustiili saavutamiseks.

Meetoditena kasutatakse loengut, arutelu õpilastega ning ülesandeid lisavahenditega. Karjäärikompassi saab kasutada karjääriplaneerimise teekonna näitlikustamiseks.

Õppijad seisavad ümber Karjäärikompassi ning soovijad saavad visualiseerida tööelu planeerimist kompassi abil. Õppija, kes asub oma karjääriteed planeerima, astub ringi keskele ja nimetab oma eesmärgi. Koos grupiga arutatakse läbi erinevad etapid eesmärgi saavutamiseks

vastavalt Karjäärikompassi jaotustele.

Iga Karjäärikompassi jaotuse juures saab kasutada abivahendeid erinevate ülesannete ja harjutuste tegemiseks. Abivahendite ja ülesannete kasutamine sõltub sellest, milliseid teemasid loengu ja arutelu jooksul juba käsitleti ja mida veel mitte. Neid teemasid, mida ei käsitletud loengus või arutelu käigus, saab kasutada Karjäärikompassiga tutvumise käigus.

Ülesanne koos abivahenditega

Juhend õpilastele: „Leia isikuomaduste kaartidest 2-3 sellist isikuomadust, mis aitavad sul oma õpitavas ametis edukas olla. “Soovi korral võivad osalejad kaarte omavahel vahetada. Seejärel toimub vestlus valitud isikuomaduste teemal.

Süvitsi ühegi teemaga ei tegeleta, kuna tunni eesmärgiks on üldise sissejuhatus tegemine karjääriplaneerimise teemasse. Ülesanne koos abivahendiga on suuantud pigem õpilaste mõtlemise aktiveerimiseks, Karjäärikompassi alajaotuste näitlikustamiseks ja isikuomaduste tundmise tähtsustamiseks.

Toetavad küsimused

- Milline sinu välja valitud omadustest on sinu õpitavas valdkonnas eriti oluline?
- Milliseid omadusi on sul õpitavas valdkonnas hästi hakkamasaamiseks veel vaja?
- Kuidas sa saad vajalikke omadusi arendada?

Oodatavad tulemused

- Õppijad on teadvustanud karjääriplaneerimise etapid ja planeerimise protsessi olulisuse.
- Õppijad on teadvustanud iseenda järjekindla tegevuse (sh ameti õppimise) tähtsust isikliku karjääri eesmärkide elluviimisel.

Vajalikud vahendid

Lamineeritud kaardid positiivsete isikuomadustega.

Soovitused

Karjäärikompassi on soovitatav asetada keset klassi põrandat, nii et kõik osalejad seda näevad. Lauad on sel juhul hea paigutatud ümber ruumi U-kujuliselt. Selline paigutus annab võimaluse muude tegevuste kõrvalt jälgida ka kompassil kujutatut ning tunni läbiviijal on hea erinevate seoste loomiseks kompassile viidata.

Positiivsete isikuomadustega kaardid meeldivad õppijatele väga, mõjudes julgustavalt ja enesehinnangut tõstvalt.

Näide 13: KARJÄÄRIKOMPASS KOOS JOBPICS'IGA

Juhendi koostas: Sirli Kriisa, Järvamaa Rajaleidja keskus

Eesmärk

Grupinõustamises osaleja omab ülevaadet karjääriplaneerimise etappidest, sh ametite mitmekesisusest, seostab saadud teadmisi isikliku karjääriplaaniga.

Sihtrühm: gümnaasiumi 12. klassi õpilased

Läbiviimise aeg: 2 x 45 min

Vorm: grupinõustamine

Grupi suurus: 8 õpilast

Kasutamise eeldus:

Nõustajal on kasulik omada eelnevat kogemust Jobpics'i kasutamisest grupitöös.



Tegevuskäik

Istutakse ringis ümber Karjäärikompassi.

Nõustaja tutvustab Karjäärikompassi: „Karjäärikompassil on kirjas kõige olulisemad märksõnad ja neid selgitavad küsimused, millega edasiõppimise ja töövalikuid tegev noor kokku puutub. Mõnel õpilasel on kõigile küsimustele vastused olemas, mõnel mitte. Mõned teavad, mis järjekorras oleks kõige parem tegutseda, mõned mitte. See kompass aitab esimesi samme astuda või kinnitada juba planeeritud tegevusi. Sellel grupinõustamisel pöörame rohkem tähelepanu töömaailmale ja ametite mitmekesisusele. Selleks kasutame Ametite kohvrit.“

Järgmine tegevus võib toimuda kas laudade taga või ka kompassi juures. 183 kaarti jaotatakse osalejate vahel ära. Nõustaja püüab eelnevalt kaardid võimalikult segamini ajada, et kokku

satuksid erinevate valdkondade ja haridusnõuetega ametid.

Osalejad jaotavad kaardid kahte pakki – PAKUB HUVI/EI PAKU HUVI - vaadates ka kaartide pöördel olevaid ametinimetusi.

Edasine tegevus toimub selle kaardipakiga, kus on need ametid, mis pakuvad huvi. Vajadusel võib nõustaja pakkuda uut kaardipakki neile, kes ei leidnud esimesest pakist ühtegi ametit, mis neis huvi ärataks. Õpilased võivad kaardipakke ka omavahel vahetada.

Huvipakkuvate ametite hulgast valib osaleja kolm kõige enam huvi pakkuvat kaarti.

Seejärel vesteldakse kõrvalistujaga, kirjeldades neid ameteid, mis jäid tema sõelale ja miks just need.

Järgmiseks valib iga osaleja kolme ameti hulgast ühe, mida ta tahab teistele lähemalt tutvustada. Toimub vestlusring, kus igaüks räägib lühidalt: millise ameti ta valis, mis on selles huvitavat, miks just mulle võiks see sobida, millist haridust see vajab, kus seda õppida saab, kas mul on selle ametiga juba kokkupuuteid olnud (nt ise suvel tööl käinud või praktikal; keegi tuttavatest töötab sellel ametikohal vms), kas see amet võiks ka tegelikult tulevaseks elukutseks saada. Vestluse pikkus sõltub osalejate arvust ja grupitööks planeeritud ajast.

Kokkuvõtete tegemine

Istutakse taas ringis Karjäärikompassi ümber.

Iga osaleja räägib lühidalt, mida uut ta tänasest grupitööst teada sai - kas mõne elukutse või enda kohta.

Nõustaja teeb kohtumisest kokkuvõtte: „Maailmas on väga palju ameteid ja igaüks on erinev. Meie ees on ainult 183 kaarti + kaartide teisel küljel 10 sarnast ametit, seega u 1800 ametinimetust, millest saab selle töövahendi abil rääkida. Aga kirjeldatud ameteid on maailmas umbes 40 000. Osad neist kaovad ajapikku ära ja osad tulevad juurde. Seetõttu on väga oluline olla eesseisvateks muutusteks valmis.“

Tagasiside kogumine

Osalejad kirjutavad Post-it'itele, mis olid nende jaoks tänase nõustamise plussid ja miinused ning mida nad oleksid veel tänase nõustamise teemal teada tahtnud saada. Küsimusele vastab nõustaja või karjääriinfospetsialist hiljem kirjalikult. Selle jaoks lisavad õpilased märkmelehele oma e-posti aadressi.

Oodatavad tulemused

- Klient oskab grupis väljendada oma mõtteid ja teha enesekohaseid järeldusi.
- Klient on teadlik karjääriplaneerimiseks vajalikest sammudest.
- Tegevuse käigus mõistab klient karjääriteema terviklikkust ja saab ülevaate ametite mitmekesisusest.

Vajalikud vahendid

Jobpics ametite kohver 183 ametit tutvustava kaardiga.

Soovitused

See, kui mitu korda osaleja suures grupis rääkida saab, oleneb grupi suurusest. Suuremas grupis võib lasta vestelda 2-3-kaupa rühmades.

Tegevuse käigus on hea rõhutada, et praegu ei valita tõeliselt tulevast elukutset, vaid uuritakse erinevaid võimalikke variante. See soodustab vabamat lähenemist ja nii ollakse valmis ka veidi enam fantaseerima. Samas võib selle tegevuse käigus avastada endale huvitava ameti, mille peale enne ei ole mõeldud ja mõnikord isegi kellegi teise kirjeldusest.

Näide 14: KARJÄÄRIKOMPASS AITAB KARJÄÄRI PLANEERIDA

Juhendi koostas: Sirli Kriisa, Järvamaa Rajaleidja keskus

Eesmärk

Karjääriplaneerimise etappe tundev ja neid isikliku karjääriplaani koostamisel rakendada oskav noor.

Sihtrühm: töötud noored

Läbiviimise aeg: 2 tundi 30 minutit

Vorm: grupinõustamine

Grupi suurus: 10

Tegevuskäik

Nõustaja tutvustab osalejatele Karjäärikompassi: *„Karjäärikompassil on kirjas kõige olulisemad märksõnad ja neid selgitavad küsimused, millega edasiõppimise ja töövalikuid tegev noor kokku puutub. Mõnel inimesel on kõigile küsimustele vastused olemas, mõnel mitte. Mõned teavad, mis järjekorras oleks kõige parem tegutseda, mõned mitte. See kompass aitab esimesi samme astuda või kinnitada juba planeeritud tegevusi.“*

Keskne **KARJÄÄRIKÜSIMUS** - Mida ma tahan?

Nõustaja selgitab: *„Selleks, et saada vastuseid küsimusele mida ma tahan ja kuidas ma seda saavutan, on vaja käia läbi kõik kompassi teemad.“*

MOTIVATSIOON - Miks ma seda tahan?

Küsimused osalejatele mõtlemise ärgitamiseks: Mis paneb mind tegutsema? Mille nimel olen valmis pingutama, tegema otsuseid?

Osalejatele jagatakse töömotivatsiooni kaardikomplektid.

Juhend kliendile: „*Järjesta motivaatorid selle järgi, mis on sinu jaoks elukutse valikul tähtsam.*“

Märksõnad kaartidel on Motivaatorid ehk liikumapanevad jõud:

- Tunnustus ja kiitus
- Palk
- Karjäärivõimalus
- Suhted juhiga
- Töö sisu
- Vastutus
- Saavutused
- Koostöö kolleegidega
- (tühi kaart, kuhu saab ise juurde kirjutada)

Seejärel vesteldakse lühidalt, mille põhjal inimesed töökohta valivad ja kuidas motivaatorid aitavad edukamalt oma igapäevast tööd teha; mis on oluline, milline töö võiks seda pakkuda. Iga osaleja mõtleb märksõnade juures erinevaid asju, mis just temale on seal olulised. Nt. töö sisu kohta on igaühel erinevad mõtted. Finantsmotiivide all saab arutada, milline võiks olla reaalne palgasuurus, miks just see number, mida selle eest planeeritakse saada, milline on miinimum ja milline maksimum jne.

VÕIMEKUS - Mida ma suudan?

Nõustaja tutvustab lühidalt erinevaid võimekuse liike:

- Sõnalised
- Numbrilised
- Kujundilised
- Kehalised
- Muusikalised
- Suhtlemisalased
- Enesetunnetamisalased
- Loovus

Rohkem aega võib pühendada isikuomaduste tundmaõppimisele.

Osalejad täidavad töölehe „Iseloomuomaduste sorteerimine“

(http://www.rajaleidja.ee/public/Suunaja/Toolehed/voimed/iseloom/Iseloomuomaduste_sorteerimine.pdf)

ÕPI- ja TÖÖMAAILM – Kus ma saan seda teha?

Lisada Töömaailma sektorile post-it'iga *õppimise* märksõna, et pöörata tähelepanu ka edasiõppimise võimalustele.

Vestlus teemal: Kuidas koguda töökogemusi? Erinevad moodused töötada, nt. vabatahtlik töö, töövari, tudengivari, töövaatlus, aktiivne osalemine projektides, piirkondlikus noorsootöös jne.

Nõustaja kirjeldab näidet, kus ühe ameti piires on olemas erinevad kvalifikatsioonitasandid. Nt kui klient soovib õppida raamatupidajaks, siis peaks ta lisaks mõtlema sellele, milliseid tööülesandeid ta sealjuures tahaks täita. Erinevate töötamise võimaluste kaardistamine abistab

klienti edasiõppimisvõimaluste valikul. Kindlasti tuleks mõelda, kuidas on võimalik huvipakkuvat eriala omandada. Kas seda saab õppida lühematel kursustel või tuleb hoopis ametikooli või kõrgkooli sisse astuda.

Põgusalt võib puudutada ka põhilisi töötamisega seotud teemasid. Esimesi teadmisi annab selleks osalejatele iseseisvaks koduseks tööks jaotatud abimaterjal „Abiks valikutel“ alates lk 27.

Antud töötoa eesmärgiks ei ole põhjalikult õppimisvõimalustega tegeleda. Osalejad tutvustatakse infoportaali *rajaleidja.ee*, kus on olemas lingid nii kutsekoolide kui ka kõrgkoolide kodulehtedele.



TUGIVÕRGUSTIK – Kes saab mind aidata?

Igale osalejale jagatakse valge leht, kuhu joonistatakse ring ja ringi keskele „mina“. Seejärel märgivad osalejad ringi ümber inimesi, kes saaks neid vajadusel aidata.

Abiks nõustajale, milliseid variante võiks vajadusel veel esile tuua:

1. Kodu

- Ema, isa, hooldaja
- Vanavanemad, õde-vend
- Sõbrad
- ...

2. Kool

- Sõbrad
- Klassikaaslased
- Klassijuhataja
- Nõustaja (psühholoog vms)
-

3. Hobid ja vaba aeg

- Neti-sõbrad
- Naabrid
- Treener
-

Juhend kliendile: „Märgi, keda tegelikult oled kasutanud; kelle poole pöördusid; kas tead, kust neid leida; keda millise küsimuse korral rohkem usaldaksid jms.“

ELLUVIIMINE – Kuidas ma saan seda teha?

Vestlus teemal: Mida peaks üldse tegema, et oma unistusi ellu viia? Millised tegevused on olulisemad?

Nõustajale abiks (kõiki neid ei pea puudutama):

Elluviimise hoovad, mis aitavad „käigus, rajal püsida“

1. Füsioloogilised

- Tegelen spordiga
- Lõõgastun
- Söön tervislikult
- Magan piisavalt

2. Hingelised

- Leian kindlustunnet seades eesmärgid ja hinnates oma väärtusi
- Mõtisklen, mediteerin

3. Loomingulised

- Kasutan oma kujutlusvõimet
- Mõtlen positiivselt
- Kuulan iseennast
- Otsin uusi tegutsemisviise

4. Sotsiaalsed

- Tegelen hobidega
- Võtan abi vastu ja abistan teisi
- Jagan oma kogemusi

5. Intellektuaalsed

- Uurin lisainfot
- Õpin lahendama probleeme
- Teen plaane, kirjutan need üles.

Iga osaleja saab neli paberist „jalajälge“, millele kirjutada oma tegevuse sammud.

Süvitsi minekul (kui on aega või siis edasise individuaalnõustamise ajal) saab koos nõustajaga pikemalt arutada, mida üks või teine samm kaasa toob; kas peaks nt mõne sammu eespool tegema vms.

KOKKUVÕTE

Osalejad kirjutavad oma arvamuse post-it-ile ja kleeбивad selle Karjäärikompassi peale. Küsimused tagasisideks nõustajale: mis meeldis, mis ei meeldinud, mida uut said enda kohta teada, millisele küsimusele jäi grupitöö käigus vastus saamata. Kui mõni küsimus jääb üles, siis on vajalik tagasisidele e-posti aadress juurde lisada, et karjääriinfospetsialist või karjäärinõustaja saaksid hiljem kirja teel vastata.

Lõpus tänatakse osalejaid aktiivse panustamise eest ja pakutakse soovijatele võimalust individuaalseks nõustamiseks.

Oodatavad tulemused

- Klient oskab grupis väljendada oma mõtteid ja teha enesekohaseid järeldusi.
- Klient on teadlik karjääriplaneerimiseks vajalikest sammudest.
- Kompleksse tegevuse käigus mõistab klient karjääriteema terviklikkust ja pöörab tähelepanu neile küsimustele, millega ta peaks iseseisvalt edasi tegutsema.

Vajalikud vahendid

- Töötukassa väljaanne „Abiks valikutel“ kõikidele osalejatele
- Töömotivatsiooni kaardikomplekt (Sirli Kriisa koostatud) iga osaleja jaoks
- Paberist lõigatud jalajäljed (osalejate arv x 4)
- Tööleht „Iseloomuomaduste sorteerimine“ (www.rajaleidja.ee – Suunajale – Töölehed)
- Valged paberid, kirjutusvahendid

Soovitused

Kõiki tegevusi saab eraldi ka grupinõustamise ajal läbi viia, nt siis kui on vähem aega või on vaja neid muu teema sisse sobitada. Sel juhul on sobiv alustada ainult Karjäärikompassi üldise kirjeldusega ja süveneda seejärel põhjalikumalt ühte-kahte teemasse.

Väiksemas kirjas tekst „*Nõustajale abiks*“ on sellele juhendile lisatud täies mahus. Nõustamise ajal ei anta siiski noortele mõisteid (a la füsioloogilised elluviimise hoovad) ette. Juhul kui neile ei tule nt meelde, millised tegevused võiksid oma unistuste elluviimisele kaasa aidata, siis saab nõustaja osalejaid toetada.

IDEEDEPANK

Lisavahendid Karjäärikompassiga koos kasutamiseks

Iga sektori juures võib kasutada erinevaid lisavahendeid:

- lipikud märksõnadega
- metafoorikaardid lugude jutustamiseks
- pildid ja joonistamine
- kaardid valimiseks ja järjestamiseks (nt Jobpics vms), tühjad kaardid kohapeal täitmiseks
- täringud ja mängunupud, nt erinevad väikesed mänguasjad
- värvilisest paberist jalajälgede kujutised
- seltskonna- ja lauamängud, pusled
- kollaaži valmistamine
- vurr (keerlev pudel), mis näitab kätte, millise teemaga alustada.
- mõtterännak „Mina 10 aasta pärast“ või täringuga veeretada, mitme aasta pärast kujunenud olukorda soovib kirjeldada. Seejärel vestlus teemal, mida vastava sektori juures ette kujutab ja sammud, mida on pidanud sinna jõudmiseks tegema.



Jääsulatamine

Karjäärikompassi uue grupiga esimest korda grupitöös kasutades võib mati asetada põrandale tagurpidi, st valge pool üleval. Õpilaste ülesandeks on seista mati peale ning pöörata sellel põrandal teine külg nii, et keegi ümberpööramise käigus matilt maha ei astu. Õpilaste jaoks on selline sissejuhatus lõbus ja kaasahaarav, sest nii saab noorte tähelepanu eesootavale tegevusele fokuseerida ja ühtlasi saavad nad ennast korraks vahelduseks liigutada. Samuti säilib niimoodi üllatusmoment, kuna kompassil kirjas olevad küsimused jäävad kuni ümberpööramiseni saladuseks.

Karjäärikompass suuremas grupis

1. Grupp jaotada viieks rühmaks. Rühm valib/nõustaja annab/loositakse üks kompassil olev küsimus..
2. Rühmas arutatakse, kõik osalejad kasutavad seniseid teadmisi, leitakse võimalikult palju vastusevariante.
3. I võimalus - rühmajuht kirjutab pakutavad vastusevariandid suurele lehele;
II võimalus igaüks paneb Post-it'i oma vastusevariandiga lehele ja rühmajuht sõnastab koos rühmaga ja kirjutab suurele lehele.
4. Rühmad või rühmajuhid tutvustavad kogu grupile oma vastuseid seistes vastavas sektoris. Teised võivad variante juurde pakkuda, rühmajuht lisab need paberile.
5. Lõpuks tekitatakse nõustaja abiga pingerida, nt. kõige keerulisemad küsimused või ajaline järjekord, mis järjekorras oleks mõistlik oma karjääri planeerida, mida peab selleks teadma ja kust abi otsida.

Karjäärikompassi kasutamine individuaalnõustamisel

1. Koos nõustajaga istutakse esmalt sellesse sektorisse, mis vajab vastuseid kohe, mis on kliendile hetkel kõige olulisem. Arutletakse küsimuse üle, kasutades erinevaid nõustamismeetodeid (sõltuvalt küsimusest). See oleks siis **hetkeolukorra kaardistamine, probleemi kirjeldamine**.
2. Järgmisena käiakse kõik ülejäänud küsimused läbi. Mõni võib olla antud kliendile raskem, mõni kergem (nt. juba läbitud etapp). See näitab kätte, **mis tehtud, mida vaja veel teha/uurida/otsustada** enne kõige tähtsama otsuse langetamist.
3. Vestlus, kus arutletakse, **mis järjekorras** tuleks edasi tegutseda oma karjääriplaani koostamisel/elluviimisel, probleemi lahendamisel... Kirjutatakse üles kas töölehele või siis oma karjääriplaani.
4. Edasi – järgmisel individuaalnõustamisel juba tegutsetakse küsimusega KUIDAS

KARJÄÄRIKOMPASSI VÕTMEKOMPETENTSIDE KUJUNEMIST TOETAVAD KÜSIMUSED

Võimekus

1. Kuidas aitas teadlikkus oma võimekusest sind karjäärivalikute tegemisel?
2. Kuidas on varasem teadlikkus iseendast mõjutanud sinu jaoks olulisi pöördepunkte oma karjääriteel?
3. Millise omaduse üle tunned kõige enam uhkust ja miks?
4. Kuidas erineb sinu arvates andekus võimekusest?
5. Millist omadust tahaksid enda juures edasi arendada? Kirjelda, kuidas sa seda teeksid?
6. Millise omaduse kohta on sulle komplimente tehtud?
7. Millistes õppeainetes on sul koolis kõige paremad tulemused?
8. Millistes ainetes sul ei lähe nii hästi?
9. Milline vaba aja tegevus sul hästi välja tuleb?
10. Milles sa ei ole nii hea, kui tahaksid?

Motivatsioon

1. Kuidas aitas teadlikkus oma motivaatoritest sind karjäärivalikute tegemisel?
2. Kuidas said teada, kelleks tahad saada?
3. Mida soovid veel oma karjääri jooksul saavutada ja miks?
4. Milline eriala või amet sinus kõige enam kahtlusi tekitas ja miks?
5. Millele pead erialavaliku käigus tähelepanu pöörama?
6. Mis on sinu jaoks elukutse valiku juures kõige tähtsam?
7. Kui suur tähtsus on sinu jaoks hobidel ja teistel vabaaja tegevustel?
8. Kui oluline on sinu jaoks raha?
9. Kas eelistad töötada üksi või koos teistega?

Töömaailm

1. Kuidas aitas teadlikkus töömaailma võimalustest sind karjäärivalikute tegemisel?
2. Kuidas said teada, mida sulle huvipakkuv elukutse endast tegelikult kujutab?
3. Kuivõrd sinu varasem ettekujutus huvipakkuvast ametist tegelikkusele vastas?
4. Kuidas mõjutab see, mida töömaailma kohta teada oled saanud, sinu õppimis- ja karjäärivalikuid?
5. Millistest allikatest otsiksid infot töömaailma võimaluste kohta?
6. Kust leida endale huvipakkuvaid töökohti?
7. Kas sind huvitavaal erialal on palju tööpakkumisi/palju või vähe töökohti?
8. Kus Eesti piirkonnas sind huvipakkuvad töökohad peamiselt asuvad?

Elluviimine

1. Milline omadus või oskus oli sulle oma karjääri kujundamisel kõige rohkem abiks?
2. Mida saad veel teha, et saada teada, mida tõeliselt teha tahaksid?
3. Kuidas aitas teadlikkus oma võtmekompetentsidest sind karjäärivalikute tegemisel?
4. Kuidas saad teada, millist eriala peaksid õppima, et teha tulevikus seda tööd, mida soovid?
5. Kuidas aitab praktika läbimine sul valikuid teha?
6. Kui oluline on külastada enne eriala valimist koolide avatud uste päevi?
7. Meenuta oma karjäärinõustamise kogemust. Mida teistel teha soovitaksid? Mida mitte?
8. Kuidas valmistad ette järgmist sammu oma karjääriteel?
9. Millist rolli mängis karjäärinõustamine sinu karjäärivalikute juures?

Tugivõrgustik

1. Kuidas aitas/aitab teadlikkus oma tugivõrgustikust sind karjäärivalikute tegemisel?
2. Kes aitasid sul huvipakkuvast elukutsest realistlikku ettekujutust saada?
3. Kes sinu praegusest suhtlusringkonnast saab anda sulle infot võimalike elukutsevalikute

osas?

4. Kes mõjutas sinu tehtud valikut kõige enam ja miks?
5. Kuidas oled oma varasemate karjäärialaste küsimuste ja valikute puhul teiste poole pöördunud?
6. Kes saab sulle huvipakkuvate elukutsete uurimisel abiks olla?
7. Kes saab aidata sul teada saada, mida erinevad ametid endast tegelikult kujutavad?
8. Kuidas saavad vanemad sind erialavalikul, praktika või töökoha leidmisel aidata?
9. Kuidas saab nõustaja või õpetaja sulle eriala, praktika- või töökoha valimisel kasulik olla?

Artikli allikas: Career Compass. A toolkit for career professionals. (Euroguidance Netherlands, 2011)

Minu ideedepank Karjäärikompassi kasutamiseks