



Urasuunnittelu Gradiassa

<https://www.thinglink.com/scene/1591690133302673410>

Urasuunnittelulla tarkoitetaan yksilöllistä suunnitteluprosessia, jossa opiskelija tulee tietoiseksi mm. omasta osaamisestaan, omista uramahdollisuuksistaan ja –tavoitteistaan. Urasuunnittelussa opiskelija on aktiivinen toimija. Päättävänä on työllistyä omien toiveiden mukaisesti ja osaamistaan vastaaviin työtehtäviin tai hakeutua jatko-opintoihin. Urasuunnittelu on tietoista ja tavoitteellista toimintaa, jonka lähtönä ovat omat tavoitteet, siinä pohditaan missä olet, mihin haluat mennä ja miten sinne pääset. Urasuunnittelu on koko elämän aikainen prosessi yhteiskunnan ja työelämän jatkuvan osaamistarpeiden muutoksen vuoksi. Kun tietoisuus omista tavoitteista selkiytyy, opiskelumotivaatio lisääntyy ja mm. opintoja koskevien valintojen ja päätösten tekeminen helpottuu. Valintojen tavoitteena on edistää työllistymistä ja / tai jatko-opintoihin siirtymistä. Omiin opintoihin liittyviä valintatilanteita ovat mm. osaamisalavalinta, ammatilliset valinnaiset opinnot, YTO-valinnaiset opinnot, työssäoppimispaikat ja erilaiset opintopolut.

Uraohjaus tukee työtulevaisuuden suunnittelua ja uraan liittyvää päätöksentekoa. Uraohjauksen keskeinen tavoite on, että oppija oppii tunnistamaan ja arvioimaan omia valmiuksiaan ja kykenee tekemään opiskeluaan ja uraansa koskevia valintoja. Uraohjausta toteutetaan koko opintojen ajan. Sitä toteutetaan yhteistyössä opiskelijan ja oppilaitoksen henkilöstön, erityisesti HOKS-ohjaajan sekä opinto-ohjaajan kanssa. Laadukkaalla ja suunnitelmallisella uraohjauksella tuetaan opiskelijan kasvua itseensä ja tulevaisuuteensa luottavaksi toimijaksi.

Urasuunnitelma on osa hoksia. Urasuunnitelmassa suunnitellaan, miten opintoihin kuuluvilla valinnoilla edistetään opiskelijan työllistymistä tai jatko-opintoihin siirtymistä valmistumisen jälkeen. Urasuunnittelu toteutuu opiskelijan henkilökohtaisessa osaamisen kehittämissuunnitelmassa (HOKS). HOKS-suunnitelmassa huomioidaan aiemmin hankittu osaaminen, tavoitteet ja tehdään opintoja koskevia valintoja, jotka tukevat opiskelijan yksilöllistä urasuunnittelua. Ensimmäisessä HOKS- keskustelussa avataan opiskelijalle Urasuunnitelma- lomake (HOKS- lomake kohta 13). Urasuunnitelma täydentyy ja muuttuu opintojen edetessä. Laki ammatillisesta koulutuksesta (531/2017, §9) velvoittaa urasuunnitelman laatimiseen.

Menetelmiä urahjaukseen

Alla linkkejä, joita voit hyödyntää pohtiessasi tarkemmin omia tavoitteita, vahvuuksia ja tulevaisuuden mahdollisuuksia urasuunnittelusi tueksi.

Omat tavoitteet ja osaaminen

Itsetuntemuksen kuumailmapallo

- <https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/itsetuntemuksen-kuumailmapallo.pdf>
- Opiskelija pohtii omia tavoitteitaan, vahvuuksiaan, pelkojaan ja kannattelevia tekijöitä. Voidaan käyttää yksilöohjauksessa. Sopii itsenäiseen työskentelyyn tai ohjaustilanteeseen
- Kesto n. 20–45 min.

Osaamisympyrä/Osaamisen osa-alueet

- https://peda.net/poke/oppimateriaalit/osaajiatyoelamaan/oppimisymparisto/moduuli1/min%C3%A4-osaajana3/of:file/download/dc5ccd7c0408719ab8db442226f7d7a193a61351/osaamisen_osa-alueet_taydennettavapohja.pdf
- Opiskelija pohtii oman osaamisensa osa-alueita (mm. viestintätaidot, tekniset taidot, yleiset työelämätaidot, sosiaaliset taidot). Opiskelija kirjaa eri kehille olemassa olevat taidot ja taidot, joita haluaa saavuttaa sekä keinot, joilla uuden osaaminen on mahdollista saavuttaa. Voidaan käyttää yksilöohjauksessa/ryhmäohjauksessa. Sopii itsenäiseen työskentelyyn.
- Kesto n. 30–45 min.

Taitobingo

- https://osaamismatkalla.fi/wp-content/uploads/2018/08/OSATA_Sampo_Taitobingo.pdf
- Opiskelija pohtii omia yleistaitojaan ja tunnistaa omia osaamisiaan ja vahvuusalueitaan sekä havainnoi omia kehittämiskohteitaan. Voidaan käyttää yksilö- ja ryhmäohjauksessa. Sivulla valmis tehtäväpohja
- Kesto n. 20–45 min.

Osaamisen Mind Map

- https://osaamismatkalla.fi/wp-content/uploads/2018/09/OSATA_Sampo_Mindmap.pdf

- Opiskelija tunnistaa omia vahvuuksiaan, osaamistaan sekä tunnistaa miten kyseisen osaamisen hankkinut. Voidaan käyttää yksilö- ja ryhmätyöskentelyssä. Sivuilla valmis tehtäväpohja.
- Kesto n. 30–45 min.

Elämäntilanteen selvittämisen ympyrä

- http://www.socca.fi/files/8183/Selkokielineen_Elamantilanteen_selvittamisen_ympyra_ESY.pdf
- Ohjauksen avuksi ohjattavan elämäntilanteen ymmärtämiseksi, esim. opiskelu, työ ja yrittäjyys, tulevaisuuden tavoitteet, terveys ja jaksaminen. Selkokielineen ja kuvitettu. Sopii aikuisten yksilöohjaukseen.
- Kesto + 60 min.

Uravalinnan tueksi

Urapyörä ja ajatuskartta

- <https://blogi.savonia.fi/oteteemaviikot/itsensa-brandaaminen/omien-tavoitteiden-ja-osaamisen-visualisointi/>
- Tavoitteiden visualisointiin, omien voimavarojen pohtimiseen, oman osaamisen kartoittamiseen. Urapyörää voi käyttää apuvälineenä ajatuskartan kokoamiseen. Sopii aikuisten yksilö- ja ryhmäohjaukseen.
- Kesto n. 40–60 min.

Ammatillisen osaamisen käsi

- https://osaamismatkalla.fi/wp-content/uploads/2018/08/OSATA_Sampo_Osaamisenk%C3%A4si.pdf
- Kartoittaa yhdessä opiskelijan kanssa hänen osaamistaan ja kykyä suunnitella osaamistavoitteet. Osaamisen kättä voidaan hyödyntää osaamisen arviointiin ja soveltaa esimerkiksi aiemman opitun osaamisen tunnistamiseen. Sopii yksilö-/ryhmäohjaukseen kaiken ikäisille.
- Kesto n. 30–40 min.

Työelämä- ja tulevaisuussimulaatiot

Työelämäsimulaatio

- <https://getalife.fi/>

- Simulaatiossa voi seikkailla tulevaisuuden opinto- ja työmaailmassa. Matka korkeakouluun/ matka työelämään. Sopii eri-ikäisten nuorten yksilö-/ryhmäohjaukseen.
- Kesto n. 30–40 min.

Utua- tulevaisuussimulaatio

- <https://tulevaisuusohjaus.fi/utua/>
- Opintoihin ja työelämään liittyvissä valintatilanteissa. Erialaisten tulevaisuuspolkujen muodostaminen. Sopii aikuisten yksilöohjaukseen.
- Kesto n. 30–40 min

Digitaalisia sovelluksia

Sampo –sivusto

- <https://osaamismatkalla.fi/sampo/>
- Materiaaleja mm. ammatillisen koulutuksen opiskelu- ja urasuunnitteluvalmiudet osa-alueen toteuttamista varten. Materiaali tukee myös HOKSin jatkuvaa päivittämistä ja opiskelijalle laadittavan urasuunnitelman tekemistä. Laaja ja monipuolinen materiaalipankki. Sopii kaikenikäisten yksilö-/ryhmäohjaukseen.

Sujuvat työnhaku markkinat (ESR –hanke)

- <https://peda.net/jao-ammattillinen/hankkeet/sujuvat/osaajiatyoelamaan/oppimisymparisto>
- Oman osaamisen tunnistaminen, työpaikat ja työnhakukanavat, työelämän lainsäädäntö- ja pelisäännöt, sosiaalinen media työnhaussa ja työnhakutaidot. Sopii kaikenikäisten yksilö-/ryhmäohjaukseen.

Duunikone

- <https://tat.fi/palvelu/duunikone/>
- Opiskelija tekee ammatinvalintatestin. Testi auttaa oman suunnan löytämisessä ja vahvuuksien tunnistamisessa. TAT: testit; Duunikone, Lukio/Amis, Yrittäjyys –testit. Sopii nuorten yksilöohjaukseen.

Duunikoutsi

- <https://tat.fi/palvelu/duunikoutsi/>
- 13–25-vuotiaille nuorille suunnattu maksuton työkalu. Sopii nuorille, jotka ovat hakemassa kesätöitä, harjoittelupaikkoja tai työpaikkaa.

Duunitesti

- <https://duunitori.fi/duunitesti>
- Ammatinvalintatesti. Testi auttaa löytämään uudenlaista näkökulmaa itselle sopiviin työtehtäviin/työympäristöihin sekä kartoittaa omia vahvuuksia. Sopii yksilöohjaukseen.
- Kesto n. 20–30 min.

CREAR – digitaalinen palvelutarpeen arviointi

- <https://retumittari.fi/>
- Oman tilanteen hahmottaminen elämän eri osa-alueilla: opiskelu- ja urasuunnittelutaidot, työllistymistaidot, hyvinvointi ja toimintakyky, toimijuus. Kysymykset kirjallisina sekä kuunneltavissa. Sopii yksilöohjaukseen.
- Kesto n. 30–60 min.

Ohjattavan vahvuudet ja kokemukset

Vahvuuskortit/Positiivisten luonteenpiirteiden kortit

- <http://kepelimetropolia.fi/wp-content/uploads/2019/09/Vahvuuskortit.pdf>
- Kuvalliset vahvuuskortit. Tavoitteena on vahvistaa olemassa olevia hyviä ominaisuuksia ja keskustella niistä. Sopii kaikenikäisten yksilö- /ryhmäohjaukseen.
- Kesto n. 30 min.

A-ura (Aikuisten urasuunnittelu)

- <http://www.avosto.net/a-ura/>
- Tehtäviä, pohdintaa, ohjauksen tukena. Harjoitustehtäviä esim. tehokas työnhakustrategia, resurssianalyysi. Sopii aikuisten yksilöohjaukseen.

Peavyn harjoituksia (Sosiodynaamisen ohjauksen malli)

- <http://www.avosto.net/a-ura/>
- ”Tulevaisuutta ei löydetä, se tehdään”. Sopii yksilöohjaukseen.

Tulevaisuusohjaus

Tulevaisuusohjaus

- <https://tulevaisuusohjaus.fi/tyokalut/>
- Sivustolle on koottu tietoa tulevaisuusohjauksesta sekä yksilöohjaukseen ja ryhmätyöskentelyyn sopivia tehtäviä, jotka tukevat tulevaisuusajattelua. Tehtäviä myös muilla kielillä.

Tulevaisuusmatka

- <https://www.tulevaisuusmatka.fi/>
- Digitaalinen ohjauksenmenetelmä. Tehtävät soveltuvat sekä yksilö- että ryhmätyöskentelyyn ja niiden kautta opiskelija kerää eväitä tulevaisuusmatkalleen. Aihealueina mm. arvot, itsetuntemus, tulevaisuudenhaaveet, voimavarat ja kuormitukset, onnistumiset ja päätöksenteko.

Tulevaisuus- paljon mahdollista

- https://tulevaisuusohjaus.fi/wp-content/uploads/2017/01/Tulevaisuusohjauksen_tyokirja.pdf
- Ohjaajalle tarkoitettu tulevaisuusohjauksen työkirja, joka virittää tulevaisuusajattelun taajuudelle. Työkirja antaa työvälaineitä, miten tulevaisuutta voi käsitellä ura- ja koulutusvalintojen yhteydessä.

GRADIA



Gradian urasuunnittelun prosessikuvaus on laadittu Oikeus osata -hankkeissa: Osaajaksi - alla kan!, Osallistu ja voi hyvin sekä Pitävää ohjausta.