

NIMI _____

PVM _____

Tämä kysely on tarkoitettu keskustelun tueksi uraohjaustilanteessa. Alla on kysymyksiä, jotka liittyvät tämänhetkiseen tilanteeseesi, työntekoon ja tulevaisuuden suunnitelmiisi. Niiden tarkoituksena on helpottaa keskustelua omista jatkosuunnitelmistasi ja auttaa pohtimaan keinoja niiden toteutumiseen. Vastaamista voi helpottaa, jos mietit kokemuksia aiemmilta työpaikalla tapahtuvan oppimisen jaksoiltasi. **Valitse aina se vaihtoehto, joka tuntuu sinusta sopivimmalta juuri nyt.** Kysymyksiin vastaaminen on vapaaehtoista.

Arvioi oletko **samaa mieltä**, **eri mieltä** vai **siltä väliltä**

ARKI	Samaa mieltä		Eri mieltä
Asumiseeni liittyvät asiat ovat kunnossa (esim. pysyvä asunto)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Päivärytmini on arkisin säännöllinen (esim. herään ja menen nukkumaan ajoissa)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Huolehdin itsenäisesti omaan arkeeni liittyvistä asioista	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on riittävästi rahaa, että pärjään arjessa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
TerveYTEENI liittyvät asiat eivät huolestuta minua (esim. päihteiden käyttö, uni)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on joku läheinen ihminen, jolta saan tarvittaessa apua tai tukea	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen tyytyväinen omaan mielialaani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

TYÖ	Samaa mieltä		Eri mieltä
Jaksan tehdä töitä kokoaikaisesti (noin 8 tuntia päivässä, 5 päivää viikossa)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen itsenäisesti hakenut töitä tai oman työssäoppimispaikan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pystyn itsenäisesti hoitamaan virastoasioita (esim. TE-toimisto, KELA)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pystyn liikkumaan itsenäisesti uuteen paikkaan (esim. bussilla tai autolla)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen aiemmin keskeyttänyt työpaikalla tapahtuvan oppimisen jaksoni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on sairaus, vamma tai allergia, joka voi vaikuttaa työntekooni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Käytän työympäristössä apuvälineitä (esim. kuulokkeet, suurennuslasi tai -laite)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tarvitsen työtehtäviin lisäaikaa tai muita järjestelyjä (esim. esteettömyys)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on taipumus uupua tai väsyä voimakkaasti opinnoissa tai työssä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Arvioi onko sinulle yleensä *helppoa, vaikeaa* vai *siltä väliltä*

TYÖYMPÄRISTÖT	Helppoa	Vaikeaa	
Työskennellä paikassa, jossa on meteliä tai häiriötä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Työskennellä tietokoneiden tai teknisten laitteiden parissa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tehdä fyysisesti raskasta työtä (esim. nostaminen, tavaroiden siirto)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tehdä tarkkuutta vaativaa työtä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tehdä asiakaspalvelutyötä tai työtä muiden ihmisten kanssa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Työskennellä paikassa, jossa on nopea työtahti tai kiire	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Työskennellä paikassa, jossa on vain vähän ohjausta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Työskennellä paikassa, jossa käsitellään rahaa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

TYÖPAIKALLA	Helppoa	Vaikeaa	
A			
Toimia ja puhua ryhmätilanteessa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ottaa vastaan palautetta omasta työskentelystäni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hoitaa työtehtäväni, vaikka ne olisivat epämieluisia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hallita työpaikan säännöt ja toimintatavat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olla ajoissa töissä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kysyä neuvoa esimieheltä, jos työtehtävät ovat minulle epäselviä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tutustua työkaveriini tai päästä osaksi työporukkaa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tietää, miten toimia, jos sairastun työaikana tai en pääse töihin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

B	Helppoa	Vaikeaa	
Käyttää työn apuna mobiilisovelluksia (esim. kartan lukeminen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hoitaa useita erilaisia työtehtäviä saman päivän aikana	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Muistaa minulle annetut työtehtävät	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ymmärtää kirjallisia tai suullisia ohjeita	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lukea tai muistaa vieraita sanoja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Laskea päässä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Koota esine mallin mukaan (esim. huonekalu)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Suunnitella ennakkoon työtehtävät ja toimia suunnitelman mukaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Keskittyä pitkäaikaisesti samaan työtehtävään ja saada se valmiiksi	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pitää mielessä useampi asia kerralla	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Arvioi oletko *samaa mieltä, eri mieltä vai siltä väliltä*

TULEVAISUUS & TYÖNHAKU	Samaa mieltä		Eri mieltä
Tiedän, mitä haluan tehdä tulevaisuudessa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Haluan mennä töihin	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Haluan mennä jatko-opiskelemaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tiedän, millainen työ sopisi minulle	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on riittävästi osaamista oman alani työhön	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Osaan tehdä työhakemuksen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tiedän, mistä voin etsiä avoimia työpaikkoja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen tehnyt oman ansioluettelon (CV)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tiedän, miten toimia työhaastattelussa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen joustava erilaisten työvaihtoehtojen suhteen (esim. palkka, työnkuva)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Töihin tai jatko-opintoihin hakeminen tuntuu selkeältä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on jokin harrastus, josta voi olla hyötyä töitä hakiessa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

VOIMAVARAT	Samaa mieltä		Eri mieltä
Minulla on voimia hakea työelämään tai opiskelemaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tunnen omat vahvuuteni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jaksan yrittää uudestaan, vaikka kohtaisin vastoinkäymisiä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pärjään haastavissakin tilanteissa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Voin itse vaikuttaa omaan tulevaisuuteeni	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Minulla on luottavainen olo tulevaisuuden suhteen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Käykää läpi kysely yhdessä ohjaajan kanssa. Pohtikaa seuraavia asioita ja kirjatkaa vastaukset ylös:

- Mitä vahvuuksia kyselyssä nousi esiin? Miten vahvuuksia voitaisiin hyödyntää jatkosuunnitelmien teossa, kuten työnhaussa?
- Nousiko esiin jotain asioita, joihin tarvitaan tukea tai ne tulee huomioida työnhaussa? Miten asiat voitaisiin ratkaista tai millaista tukea tarvitaan?
- Mitä asioita sovitte jatkoa varten? (Mitä? Milloin? Kenen kanssa?)

Lisätietoja tai muuta työnhaussa huomioitavaa: