

2021-1-FI01-KA220-ADU-000026027

TYÖKALUJA OPINTO-OHJAAJILLE



Euroopan unionin osarahoittama

Euroopan unionin rahoittama. Esitetyt näkemykset ja mielipiteet ovat ainoastaan tämän tekstin laatijoiden näkemyksiä eivätkä välttämättä vastaa Euroopan unionin tai Euroopan koulutuksen ja kulttuurin toimeenpanovirasto (EACEA) kantaa. Euroopan unioni ja EACEA eivät ole vastuussa niistä.

Kumppanijärjestöt:

TYÖVÄEN AKATEMIA

DEINDE SP. Z O.O

LJUDSKA UNIVERZA CELJE

EDUCATION IN PROGRESS

SISÄLLYSLUETTELO

1. Käsikirjan tavoitteet 3

2. Ohjeet opettajille ja ohjaajille 4

3. Ohjaustilanteet 5

A. Oppijalla on selkeä tavoite 5

B. Oppijalla on useita vaihtoehtoisia tavoitteita 7

C. Oppijalla ei vielä ole tavoitteita 10

D. Ryhmäohjaus 13

4. Lisätehtäviä 15

E. Oppimaan oppiminen 15

F. Työkaluja itsereflektioon 17

5. Lopuksi 19

6. Lähdeviitteet 20

KÄSIKIRJAN TAVOITTEET

Aikuiskoulutuksessa työskentelevien opettajien ja opinto-ohjaajien tulee tarjota opinto-ohjausta oppijoille, jotka ovat hyvin erilaisissa vaiheissa omien tulevaisuuden tavoitteidensa kehittämisessä. Vaikka joillain oppijoista voi olla selkeä ajatus omasta ura- tai opintopolustaan, ohjattavaksi tulee myös paljon oppijoita, jotka vielä pohtivat eri vaihtoehtojen välillä, tai joilla ei ole vielä lainkaan tulevaisuuden tavoitteita.

Tämä käsikirja tarjoaa opettajille ja opinto-ohjaajiille työkaluja, joiden avulla he voivat auttaa kaikkia oppijoita pohtimaan omia tavoitteitaan ja kiinnostuksen kohteitaan, riippumatta siitä, onko heillä jo selkeä ajatus omasta tulevaisuudestaan vai ei. Käsikirja esittelee joukon räätälöityjä kysymyksiä ja tehtäviä kuhunkin seuraavista tilanteista:

(a) oppijalla on jo selkeä tavoite;

(b) oppija pohtii useita eri vaihtoehtoja;

(c) oppijalla ei vielä ole tavoitteita; ja

(d) ryhmäohjaus.

Eri tilanteita koskevat kysymykset ja tehtävät on helppo ottaa käyttöön, eikä käsikirjan hyödyntämiseen tarvita ylimääräistä koulutusta. Opettajat ja opinto-ohjaajat voivat itse päättää, mitkä kysymyksistä tai tehtävistä he haluaisivat ottaa käyttöön ja missä järjestyksessä.

Käsikirjan teoreettisena lähtökohtana on toivopohjainen opinto-ohjaus. Kaikkiin oppijoihin vaikuttaa se, kuinka itsevarmoja he ovat menestyksestään opinnoissa, kuinka toiveikkaita he ovat tulevaisuuden suhteen, ja kuinka hyvin he pystyvät sopeutumaan muutokseen. Sen sijaan, että käsikirja tarjoaisi suoraan tietoa eri uravaihtoehdoista, tai ohjaisi oppijoita kohti jotain tiettyä polkua, se pyrkii tarjoamaan opettajille ja opinto-ohjaajille työkaluja, joiden

avulla he voivat paremmin auttaa oppijoita pohtimaan omia, henkilökohtaisia päämäriään sekä sitä, mistä he todella ovat kiinnostuneita.

Huom: yllä mainittujen ohjaustilanteiden lisäksi käsikirja sisältää lisätehtäviä, joiden avulla ohjaustapaamisia voidaan täydentää:

a. *Oppimaan oppiminen*: kysymyksiä, joiden avulla oppijat voivat pohtia omia oppimaan oppimiseen taitojaan.
b. *Itsereflektio*: tehtäviä oppijoille, jotka tarvitsevat tukea itsereflektioon, esim. oppijoille, joilla ei vielä ole tulevaisuuden tavoitteita

Lisätehtäviä voi käyttää erikseen tai niitä voi yhdistää eri ohjaustilanteisiin tarkoitettuihin kysymyksiin ja tehtäviin.

OHJEET OPETTAJILLE JA OHJAAJILLE

Käytä käsikirjaa noudattamalla näitä ohjeita:

1. Tutustu eri ohjaustilanteita koskeviin osioihin.
2. Määrittele ohjattavasi tilanne:
    a. Oppijalla on selkeä tavoite
    b. Oppijalla on useita vaihtoehtoisia tavoitteita
    c. Oppijalla ei vielä ole tavoitteita
    d. Ohjattavanasi on ryhmä oppijoita
3. Hyödynnä ohjattavasi tilanteeseen sopivia kysymyksiä ja tehtäviä. Voit valita kysymysten ja tehtävien tarkan määrän sekä järjestyksen.
4. Voit missä tahansa vaiheessa määritellä oppijan tilanteen uudelleen ja aloittaa alusta.

A: OPPIJALLA ON SELKEÄ TAVOITE

Tue oppijaa hänen omien tavoitteidensa pohtimisessa sekä niiden saavuttamisessa.

VALINNAINEN LÄMMITTELYTEHTÄVÄ: LUOVA ITSEREFLEKTIO

Ohjeet oppijalle:

Kirjoita nimesi pystysuunnassa paperille. Tehtävänäsi on keksiä jokaista nimesi kirjainta kohden samalla kirjaimella alkava lyhyt kuvaus itsestäsi tai osaamisestasi. Vältä yksittäisiä sanoja: esimerkiksi sen sijaan, että kirjoittaisit “kunnianhimoinen” k-kirjaimen kohdalla, kirjoita “kiitettävän yritteliäs”. Sen sijaan, että kirjoittaisit “rauhallinen”, kirjoita esim. “rakastan rentoutumista”.

Pohdi: vaikuttivatko kuvaukset tutuilta? Tulitko kirjoittaneeksi jotain sellaista, mitä et olisi odottanut?

OPPIJAN TAVOITTEIDEN TUNNISTAMINEN (KYSYMYKSIÄ OPPIJALLE)

Keskustelunavaus (a): Kuvaile, mitä toivot tulevaisuudelta, sekä sitä, miten olet päätynyt valitsemaan omat tavoitteesi. Kuinka paljon olet tutkinut muita vaihtoehtoja?

Keskustelunavaus (b): Kysymyslista (*kyky mukautua/toivopohjaiset taidot)*

- Kuinka toiveikas olo sinulla on tulevaisuuden suhteen?
- Minkälaisia asioita sinun tulee tehdä opintojesi tai urasi eteen a) tällä hetkellä, b) tulevina kuukausina, c) tulevina vuosina, d) myöhemmin elämässä?
- Minkä asioiden suhteen sinun täytyy pysyä sinikkäänä, jotta voisit saavuttaa tavoitteesi?
- Onko sinulla vaihtoehtoisia polkuja oman tavoitteesi saavuttamiseksi?
- Minkälaisia taitoja sinun tulee oppia näillä poluilla?

TEHTÄVIÄ OPPIJALLE

Tehtävä (a): Kirjoita ylös asioita, joista pidät (mahdollisimman monta), esimerkiksi:

- Ajanvietto ystävien kanssa
- Elokuvien katselu
- Matemaattisten pulmien ratkominen

Pohdi: huomasitko yhteisiä teemoja ylös kirjoittamiesi asioiden välillä? Miten nämä teemat voisivat motivoida sinua saavuttamaan tavoitteesi?

Tehtävä (b): Kirjoita ylös ainakin viisi asiaa, joissa olet hyvä.

Pohdi: Miten nämä vahvuudet voisivat auttaa sinua saavuttamaan tavoitteesi?

Tehtävä (c): Suunnitelma tavoitteiden saavuttamiseksi.

Pohdi: Miten aiot saavuttaa tavoitteesi? Mitä olet jo tehnyt sen saavuttamiseksi? Mitä sinun pitäisi vielä tehdä?

Mistä voit saada tukea?

Minkälainen aikataulu sinulla on tavoitteidesi saavuttamiseksi? Mitä vaiheita siihen sisältyy, ja mihin määräaikoihin mennessä ne tulee saada valmiiksi?[i]

YHTEENVETO: ONKO SINULLA SELKEÄMPI KÄSITYS SIITÄ, MITEN VOIT SAAVUTTAA TAVOITTEESI?

B: OPIJALLA ON VAIHTOEHTOISIA TAVOITTEITA

Tue oppijaa pohtimaan sitä, mikä hänen opiskelu- tai uravaihtoehdoistaan olisi hänelle itselleen kaikista tärkein.

VAIHTOEHTOINEN LÄMMITTELYTEHTÄVÄ: MATKUSTAMINEN – PÄÄTÖKSENTEKOON VAIKUTTAVAT ASIAT

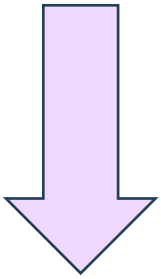
Ohjeet opinto-ohjaajalle:

Tustustu alla olevaan taulukkoon. Lue korostetut vaihtoehdot ääneen (sekä vasemmalta että oikealta puolelta). Kysy ohjattavaltasi kumman vaihtoehdon hän valitsisi. Lue seuraavaksi suluissa olevat lisätiedot. Miten nämä tiedot vaikuttaisivat oppijan päätökseen?

Matka merenrannalle (matka kestää kaksi tuntia)	**Matka vuoristoon** (matka kestää 8 tuntia)
Automatka (sinulla ei ole ajokorttia)	**Junamatka** (matkalla on kolme vaihtoa)
Iltakävely (ulkona sataa)	**Käynti elokuvissa** (olet jo nähnyt kaikki leffat)
Hostelli (15 euroa per henkilö)	**Kolmen tähden hotelli** (75 euroa per henkilö)
Kanoottiajelu (matkaa on 15 kilometriä)	**Vuorikiipeily** (vuorella on kova tuuli)

OPPIJAN TAVOITTEIDEN TUNNISTAMINEN (KYSYMYKSIÄ OPPIJALLE)

Keskustelunavaus (a): Mitä eri tavoitteita sinulla on mielessäsi?



Keskustelunavaus (b): Kysymyslista (*kyky mukautua/toivopohjaiset taidot*):

- Kuinka toiveikas olo sinulla on tulevaisuuden suhteen?
- Minkälaisia asioita sinun tulee tehdä opintojesi tai urasi eteen a) tällä hetkellä, b) tulevina kuukausina, c) tulevina vuosina, d) myöhemmin elämässä?
- Kuinka paljon olet tutkinut eri vaihtoehtoja?
- Minkä asioiden suhteen sinun täytyy pysyä sinikkäänä, jotta voisit saavuttaa tavoitteesi?
- Minkälaisia taitoja sinulta vaaditaan valintojesi toteuttamiseksi?

TEHTÄVIÄ OPPIJALLE

Tehtävä (a): Kirjoita ylös asioita, joista pidät (mahdollisimman monta), esimerkiksi:

- Ajanvietto ystävien kanssa
- Elokuvien katselu
- Matemaattisten pulmien ratkominen

Pohdi: huomasitko yhteisiä teemoja ylös kirjoittamiesi asioiden välillä? Miten nämä teemat voisivat motivoida sinua saavuttamaan tavoitteesi?

Tehtävä (b): Kirjoita ylös viisi asiaa, joissa olet hyvä.

Pohdi: miten voisit hyödyntää vahvuuksiasi eri ammateissa? Miten nämä vahvuudet voisivat auttaa sinua eri tavoitteidesi saavuttamisessa?

Tehtävä (c): Opiskelumotivaatio

Kirjoita paperille tai Word-dokumentille “syitä opiskella”, ja listaa alle syitä sille, miksi itse haluaisit opiskella. Kirjoita toiselle paperille tai dokumentille “syitä olla opiskelematta”, ja lista tällä kertaa syitä sille, miksi et välttämättä haluaisi opiskella.

Pohdi kirjoittamaasi. Minkälainen urapolku vastaisi parhaiten syitä, joita luettelit opiskelun puolesta?

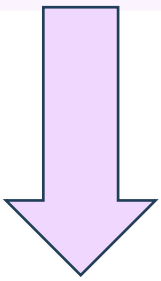
YHTEENVETO: ONKO SINULLA SELKEÄMPI AJATUS OPISKELU- TAI URAPOLUSTASI?

C. OPPIJALLA EI VIELÄ OLE TAVOITTEITA

Tue oppijaa hänen tavoitteidensa asettamisessa. Lisätukea- ja lämmittelytehtäviä on saatavilla osiossa: “Lisätehtäviä: b: Työkaluja itsereflektioon”.

Tehtävä (a). Pohdi (kysymyksiä oppijalle):

- Jos voisit valita minkä tahansa työn, minkä valitsisit?
- Minkä opintopolun valitsisit, jos sinun ei tarvitse huolehtia opiskelupaikan saamisesta?
- Minkä urapolun valitsisit, jos sinun ei tarvitsisi huolehtia rahasta?
- Mitä tekisit, jos tietäisit, ettet voisi epäonnistua?
- Mitä tekisit, jos kukaan ei voisi kritisoida sinua?
- Minkä urapolun valitsisit, jos mikään ei pelottaisi sinua?
- Mitä yhteiskunnan tai maailman ongelmia haluaisit ratkaista?

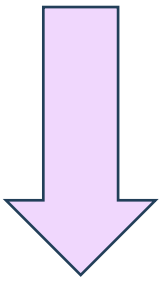


Pohdi: Oliko vastauksissasi jotain yhteistä?

Tehtävä (b). Ideoista vaihtoehtoihin (Jarenko & Kankkunen, 2021)[ii]

Kirjoita ensin ylös ajatuksiasi ihanneammatistasi. Asiat voivat olla pieniä tai suuria, abstrakteja tai konkreettisia, esimerkiksi:

- Haluan oppia jotain uutta joka päivä
- Haluan toimia vuorovaikutuksessa asiakkaiden kanssa
- Haluan matkustaa ympäri maailmaa työni parissa
- Haluan joustavat työtunnit
- Haluan, että voin tuoda koirani toimistolle
- Haluan pelastaa maapallon



Tutki seuraavaksi ajatuksiasi ja niiden mahdollisia yhdistelmiä. Minkälaisia yhdistelmiä keksit? Esimerkiksi:

- Mitkä asiat olisi helpointa yhdistää?
- Mikä yhdistelmä olisi kunnianhimoisin?
- Mikä olisi erikoisin yhdistelmä?
- Mihin yhdistelmään liittyisi eniten riskejä?

Tehtävä (c): Oman tarinan kertominen (omien kokemusten pohdinta ja oman tarinan tuominen eloon)

Pohdi seuraavia kysymyksiä tunnistaaksesi paremmin, minkälaista työtä haluaisit tehdä:

- Mitä töitä olet tehnyt tähän mennessä?
- Mitä ammatteja olet harkinnut?
- Mitkä ovat tärkeimmät kokemuksesi elämässä?
- Mistä saavutuksista olet kaikista ylpein?
- Mitä vastuita sinulla on elämässäsi?
- Mitä tykkäät tehdä vapaa-ajallasi?
- Keitä ihailit lapsuudessasi?

Tehtävä (d). Kotitehtävä. Pohdi muutamaa opiskelu- tai uravaihtoehtoa. Kerää mahdollisimman paljon tietoa näistä vaihtoehdoista.

Mitä vaatimuksia tai valinnan edellytyksiä valitsemaasi koulutukseen tai työhön kuuluu? Mitä taitoja se edellyttää?

Minkälainen olisi tyypillinen opiskelu- tai työpäivä valitsemallasi uralla?

Miksi luulet, että muut valitsevat vastaavia opinto- tai urapolkuja? Minkä luulet motivoivan heitä niiden tavoittelemisessa?

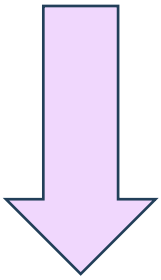
YHTEENVETO: SAITKO UUSIA AJATUKSIA MAHDOLLISESTA URA- TAI OPINTOPOLUSTA?

D. RYHMÄOHJAUS

Tue oppijoitasi tulevaisuuden tavoitteiden pohtimisessa.

Tehtävä (a). Ryhmäkeskustelu.

- Pohtikaa seuraavia kysymyksiä:
- Jos voisit valita minkä tahansa työpaikan, minkä valitsisit?
- Minkä urapolun valitsisit, jos sinun ei tarvitsisi huolehtia rahasta?
- Mitä tekisit, jos tietäisit, ettet voi epäonnistua?
- Mitä tekisit, jos kukaan ei voisi kritisoida sinua?
- Minkä urapolun valitsisit, jos et pelkäisi mitään?
- Mitä yhteiskunnan tai maailman ongelmia haluaisit ratkaista?



Keskustelkaa: Minkälaisia tulevaisuuden haaveita kysymysten kautta nousi esiin? Voisivatko nämä haaveet auttaa konkreettisten opinto- tai uratavoitteiden asettamisessa? Minkälaisia tavoitteita nämä voisivat olla? Miten voisitte kannustaa toisianne niiden tavoittelussa?

Tehtävä b. Ideoista vaihtoehtoihin (Jarenko & Kankkunen, 2021)

Itsenäistä pohdintaa: Kirjoita ensin ylös ajatuksiasi ihanneammatistasi. Ajatukset voivat olla pieniä tai suuria, abstrakteja tai konkreettisia, esimerkiksi:

- Haluan oppia jotain uutta joka päivä
- Haluan olla vuorovaikutuksessa asiakkaiden kanssa
- Haluan matkustaa ympäri maailmaa työni parissa
- Haluan joustavat työtunnit
- Haluan, että voin tuoda koirani toimistolle
- Haluan pelastaa maapallon

Ryhmässä: pohdi seuraavaksi ajatuksiasi ja niiden mahdollisia yhdistelmiä. Minkälaisia yhdistelmiä keksit? Esimerkiksi:

- Mitkä asiat olisi helpointa yhdistää?
- Mikä yhdistelmä olisi kunnianhimoisin?
- Mikä olisi erikoisin yhdistelmä?
- Mihin yhdistelmään liittyisi eniten riskejä?

Tehtävä (c). Kotitehtävä. Pohdi muutamaa opiskelu- tai uravaihtoehtoa. Kerää mahdollisimman paljon tietoa näistä vaihtoehdoista.

- Mitä vaatimuksia tai valinnan edellytyksiä valitsemaasi koulutukseen tai työhön kuuluu? Mitä taitoja se edellyttää?
- Minkälainen olisi tyypillinen opiskelu- tai työpäivä valitsemallasi uralla?

Miksi luulet, että muut valitsevat vastaavia opinto- tai urapolkuja? Minkä luulet motivoivan heitä niiden tavoittelemisessa?

LISÄTEHTÄVIÄ

Näitä tehtäviä voidaan käyttää yllä eriteltyjen ohjaustilanteiden tukena tai erikseen.

E. OPPIMAAN OPPIMINEN

Auta ohjattavaasi pohtimaan omia oppimisen taitojaan sekä omaa menneisyyttään, nykyhetkeä ja tulevaisuutta.

Tehtävä (a). Pohdintaa liittyen tulevaan oppimiseen.[iii]

1. Mitä haluaisin oppia?
2. Mistä syistä haluaisin oppia?
3. Miten oppiminen hyödyttää minua?
4. Tuoko oppiminen minulle uusia mahdollisuuksia? Mitä mahdollisuuksia minulla jo on?
5. Onko mitään, mikä voisi haitata oppimistani? Miten voin vähentää esteitä oppimiselleni?
6. Mitä omia heikkouksiani minun tulee huomioida, kun pyrin oppimaan jotain?
7. Miten aion oppia? Kuka seuraa oppimistani? Miten voin tietää, olenko oppinut jotain?

Tehtävä (b). Oppimiseen liittyvien esteiden tunnistaminen.[iv]

1. Mitä muistoja sinulla on kouluajoilta? Millaista oli käydä koulussa?
2. Miltä tuntuu palata oppimisen pariin?
3. Mitä ajatuksia sinulla on lukemisesta ja kirjoittamisesta? Luetko jotain joka päivä? Koetko joskus, ettet ymmärrä lukemaasi?
4. Miten kirjoittaminen sujuu sinulta? Koetko koskaan kirjoittamista vaikeaksi? Saatko jostain tukea kirjoittamiseen?

Tehtävä (c). Pohdintaa koskien ajankäyttöä.[v]

1. Oletko tavallisesti aktiivisempi aamulla vai illalla?
2. Kuinka pitkään pystyt yleensä keskittymään?
3. Onko sinun helpompi keskittyä, jos työllesi on tarkka määräaika?
4. Pystytkö pitämään lyhyitä taukoja, joiden aikana voit rentoutua, palkita itsesi tai opiskella pidempään?
5. Pystytkö keskittymään epätavallisina aikoina tai epätavallisissa paikoissa?
6. Pystytkö hyödyntämään suunnittelematonta vapaa-aikaa esimerkiksi kertaukseen?

Tehtävä (d). Pohdintaa koskien aiempaa osaamista. Tulevaisuuden suunnittelua.[vi]

1. Oletko jo valmistunut joltain kurssilta tai koulutuksesta? Miltä valmistuminen sinusta tuntui?
2. Kun olet oppinut jotain uutta, mikä on ollut ratkaisevaa oppimisesi kannalta
    a. … omasta mielestäsi?
    b. … ohjaajasi mielestä (jos tiedät)?
3. Mitä aiot tehdä seuraavaksi?
4. Missä ja miten aiot jatkaa opiskelua?
5. Miten arvioisit tähän mennessä saamaasi ohjausta?

F. TYÖKALUJA ITSEREFLEKTIOON[vii]

Auta oppijoitasi pohtimaan omia tavoitteitaan ja kiinnostuksenkohteitaan.

Tehtävä (a).

Mihin seuraavista ominaisuuksista samastut eniten? Luetteloi ainakin kolme. Mitä haluaisit vielä kehittää?

- Yhteistyökyky
- Rohkeus
- Lannistumattomuus
- Maltti
- Kunnianhimoisuus
- Itsenäisyys
- Luovuus
- Täsmällisyys
- Stressinsietokyky
- (Joku muu)
- (Joku muu)

Tehtävä (b).

Minkälaista työtä tekisit mieluiten? Arvostele alla mainitut työn lajit asteikolla 1 (en ole kiinnostunut) – 5 (erittäin kiinnostunut).

- Taiteellinen työ
- Viestintä
- Hoivatyö
- Koordinointi
- Huoltotyö
- Ajattelutyö
- Tuotanto
- Urheilu
- Koulutus
- (Joku muu)
- (Joku muu)

Tehtävä (c).

Pohdi:

Mitä vahvuuksia sinulla on?

Mitä taitoja haluaisit vielä kehittää?

Mikä sinua kiinnostaa eniten?

Mitkä arvot ovat sinulle tärkeimpiä?

Missä haluaisit opiskella?

Mitä haluaisit saavuttaa urallasi?

LOPUKSI

Tämä käsikirja on Erasmus+ -projektin Reaching the Stars ensimmäinen tuotos.

Käsikirja on suunniteltu ja koottu projektin tutkimusvaiheen pohjalta. Tähän vaiheeseen kuului:

- Teoreettista taustatutkimusta liittyen toivopohjaisen opinto-ohjauksen käsitteeseen
- Kysely, joka keskittyi aikuisoppijoiden tarpeisiin ja odotuksiin koskien opinto-ohjausta (92 vastausta – vähintään 20 jokaista organisaatiota kohden)
- Puolistrukturoidut haastattelut aikuisopettajien ja -opinto-ohjaajien kanssa koskien tällä hetkellä käytössä olevia ohjausmenetelmiä (20 haastateltavaa – viisi jokaisesta organisaatiosta)
- Kysely aikuisopettajille ja -opinto-ohjaajille koskien heidän näkemyksiään opinto-ohjauksesta. Kyselyssä keskityttiin myös uran kannalta tärkeisiin avaintaitoihin (41 vastausta – vähintään 10 jokaisesta organisaatiosta)

Yllä mainittujen tutkimusten raportit ovat luettavissa käsikirjan verkkoliitteestä: https://reachingthestars.eu/.

LÄHDEVIITTEET

[i] Adapted from: Ljubljana: Andragoški center Slovenije, pp. 111-117. Available at: Svetovalni_pripomocki_v_izobrazevanju_odrslih.pdf (acs.si))

[ii] Sources: Jarenko, K., & Kankkunen, J. (2021). Kohti, ketterän urakehityksen työkirja. Latvia: Livonia Print.

[iii] Adapted from: Žalec Natalija, Counselling tools in adult education, 2007

[iv] Adapted from: Knaflič Livija, Counselling tools in adult education, 2007

[v] Adapted from: Counselling tools in adult education, 2007

[vi] Žalec Natalija, Counselling aids in adult education, 2007

[vii] Career advice: Diagnostic tools for career counsellors: https://doradztwo.ore.edu.pl/narzedzia-diagnostyczne-dla-doradcow-zawodowych/