

## MINU OSKUSTE PROFIIL

*Juhend*

### Oodatav tulemus:

Klient oskab

- välja selgitada, millega ta kõige paremini hakkama saab;
- luua seoseid ametite ja oskuste vahel;
- analüüsida, missuguseid isikuomadusi vastav oskus temalt nõuab.

**Sobiv sihtrühm:** gümnaasiumi- ja kutsekooliõpilased, täiskasvanud

**Vajalikud vahendid:** tööleht, kirjutusvahend

**Meetodid:** individuaalne töö, paaristöö, rühmatöö, arutelu koos nõustajaga

**Aeg:** ~ 45 min

### Tegevuse kirjeldus:

- Selgita ülesande eesmärki. Igaüks meist on milleski osav ja võimekas, mõni teine tegevus aga valmistab raskusi, mistõttu me ka väldime taoliste ülesannete täitmist. Sobivat tööd või ametit valides tuleb mõelda sellele, mille poolest oleme osavad ning kus me oma oskusi kõige paremini kasutada saame. See tööleht sobibki neile, kes soovivad hinnata enda oskuseid.
- Juhenda töölehe täitmist. Töölehe küsimustikus tõmmata ring ümber oskuste järjekorranumbrile, millega klient hakkama saab. Kui tabel on täidetud, leiab küsimustiku alt oskuste tegevusvaldkonnad. Otsida üles need numbrid, millele on ring ümber tõmmatud ning vaadata millise oskuse valdkonna alt leiab sama numbrilise. Seejärel tuleb liita numbrid kokku ja vaadata missuguse oskuste tegevusvaldkonnas on saanud suurima summa. See tegevusvaldkond iseloomustabki kliendi oskuseid. Tulemuste analüüsimisel tuleb selgitada, mida iga oskuste tegevusvaldkond tähendab. Lasta arutada oma tulemusi paarilisega teemal: milline on minu oskuste profiil?
- Võimalusel võib lasta töölehe täitjatel võtta rühmadesse nii, et moodustuks neli tegevusvaldkonda. Võib kirjutada näiteks iga oskuste tegevusvaldkonna A3 paberile ja asetada need ruumis erinevatesse kohtadesse. Iga grupiliige liigub sinna, kus ennast kõige enam ära tundis. Arutleda rühmas, missuguseid isikuomadusi need tegevusvaldkonnad nõuavad/toetavad. Lasta tuua igal rühmal näiteid, missugustel erialadel/ ametites saab neid oskusi rakendada. Aruteluks saab kasutada mõttearenduse küsimusi.
- Antud töölehe võiks lisada enda portfooliosse (teema – oskused).

### Mõtteid aruteluks:

- Kui sageli tegeled tegevusega, mida oskad hästi?
- Millistest oskustest tunned puudust ehk missugust oskust tahad veel omandada? Mida selleks teha saad (võimalik õppida, omandada harjutamise käigus, töökogemusega vms)?

*Allikas: Karjäärirada. Ülesannete kogumik. Tööturuamet, 2003, lk 40-41*

## MINU OSKUSTE PROFIIL

### Tööleht

Alljärgnevalt on toodud oskused, mis aitavad Sul mõista millega Sina kõige paremini toime tuled. Enne vastama asumist alusta loetelu läbilugemisest. Kui tunned enda oskuse ära, tõmba ring järjekorranumbrile ümber.

1. Illustreerimine – joonistamine, visandamine, maalimine.
2. Nuputamine – uute ideede ja võimaluste väljamõtlemine.
3. Toimetamine – kirjalike materjalide, tekstide parandamine.
4. Ehitamine/kokkupanemine – esemete, asjade valmistamine.
5. Korraldamine – projektide või programmide teostamine.
6. Auto või muu masina juhtimine.
7. Kujundamine – väljamõtlemine, loomine, vormimine (toodet, programmi, projekti).
8. Läbirääkimine – vahetalitajana tegutsemine, milleski kokkuleppe saavutamine.
9. Sidepidamine – üksikisikute või rühmade vahel vahelülis olemine.
10. Koordinatsioonivõime – keha tasakaalu ja füüsilise jõu kasutamine.
11. Algatamine – uute projektide käivitamine.
12. Eelarve koostamine – (rahaliste) vahendite kasutamise kavandamine.
13. Empaatia – kuulamine, arusaamine ja teise inimese mõistmine.
14. Liigitamine – süstematiseerimine, andmete või objektide rühmitamine.
15. Õpetamine – informeerimine, seletamine, näitamine.
16. Loomine.
17. Juhatamine – teiste töö suunamine ja ülevaatamine.
18. Lugemine informatsiooni saamiseks – kirjalike lähteallikatega töötamine.
19. Esinemine – enda kunstilises või meelelahutuslikus vormis väljendamine.
20. Nõustamine – kuulamine ja kaasaaitamine isiklike probleemide lahendamisele.
21. Analüüsimine – ositi terviklike ideede, asjade, sündmuste või nähtuste uurimine.
22. Arvutamine – opereerimine arvudega.
23. Loomade hooldamine – loomade toitmine, õpetamine, hooldamine.
24. Uutmine – muutmine, kaasajastamine, uute toimimisviiside algatamine.
25. Vahendamine – vastaspoolte lepitamine konflikti korral.
26. Küsimine – pärimine, proovimine, kahtlemine.
27. Propageerimine – millegi (kellegi) populariseerimine meedia või vastavate ürituste kaudu.
28. Kirjutamine – kirjalike suhtlemisvormide nagu kirjade, artiklite, lugude koostamine.
29. Müümine – toote tutvustamine võimalikule ostjale ning tema veenmine selle kasulikkuses.
30. Visandamine – asjadest kujutiste joonistamine.
31. Võõrustamine – külalislahkuse osutamine.
32. Osalemine – ühisprojektis koos töötamine.
33. Viljelemine – taimede, lillede, puude kasvatamine.
34. Probleemide lahendamine – probleemi määratlemine ning lahenduste leidmine.
35. Visualiseerimine – kujutluspiltide vormimine ideedest ja võimalustest.
36. Tööriistade kasutamine, et parandada, ehitada või valmistada mitmesuguseid asju.

37. Leiutamine – uue idee või toote väljamõtlemine.
38. Ravimine – patsiendi ravimine ja hoolekandmine.
39. Motiveerimine – stimuleerimine, tegutsemisele õhutamine.
40. Käelise koordineerimise kasutamine – käte oskuslik kasutamine.
41. Uurimine – teaduslikult millegi tundmaõppimine.
42. Kontseptsiooni loomine – arusaama, käsitlusviisi, teooria väljatöötamine.
43. Delegeerimine – millegi tegemiseks teistele õiguse andmine.
44. Auditeerimine – kontrollimine ja revideerimine.
45. Kompileerimine – informatsiooni või aine kogumine.
46. Käsitsemine – suurte või väikeste masinatega ümberkäimine ja nende kasutamine.
47. Kõnelemine – kuulajaskonnale oma seisukohtade esitamine.

Oskused jaotuvad neljaks tegevusvaldkonnaks. Hinda, milline tegevusvaldkond Sulle rohkem sobib. Selleks pead Sa iga valdkonna oskuste rühma punktid kokku lugema. Punkti saad oskuste eest, mille järjekorranumbrile tõmbasid ringi ümber.

**Töö andmetega** (2 oskuste rühma)

Minu punktid

1. Infotöö: **3, 5, 12, 22, 44, 45**

-----

2. Teadustöö (arutlemine): **18, 21, 26, 28, 34, 37, 41, 42**

-----

**Töö inimestega** (2 oskuste rühma)

1. Aitamine: **9, 11, 13, 15, 20, 25, 31, 32, 38, 39**

-----

2. Juhtimine: **8, 9, 11, 15, 17, 25, 27, 32, 39, 43, 47**

-----

**Töö asjadega** (2 oskuste rühma)

1. Käeline tegevus: **1, 4, 6, 14, 30, 45**

-----

2. Kehaline tegevus: **10, 23, 33, 36, 40, 46**

-----

**Töö ideedega**

1. Loovtöö: **1, 2, 7, 16, 19, 24, 28, 30, 35, 37**

-----