

Minä pidän -kortit ohjauksessa

Sanastokortit löydät Digillä opin portaille – hankkeen nettisivuilta: [Minä pidän -kortit – Opin portailla \(diak.fi\)](https://www.diak.fi/Minäpidän-kortit-Opin-portailla)



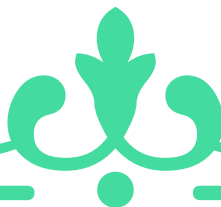
1. Kiinnostuksen kohteiden tunnistaminen

Tämä harjoite soveltuu hyvin yksilölliseen koulutus- ja uraohjaukseen. Harjoitteen tavoitteena on tunnistaa omia kiinnostuksen kohteita.

Kiinnostuksen kohteista keskustelu voidaan aloittaa pohtimalla esimerkiksi *"Mistä sinä pidät?"*, *"Mitkä asiat tuovat iloa ja voimavaroja elämääsi?"* ja *"Miksi on tärkeää tunnistaa omat kiinnostuksen kohteet?"*

Seuraavaksi tarkastellaan Minä pidän -kortteja. Kortteja voidaan käsitellä yksittäin tai muutama kerrallaan. Yhdessä ohjaajan kanssa kortit lajitellaan esimerkiksi kahteen pinoon, joista toisessa pinossa ovat tunnistetut kiinnostuksen kohteet ja toisessa ne kortit, joita ohjattava ei valinnut. Tunnistamisen tukena voi kysyä esimerkiksi: *"Mitä asioita sinusta on kiva tehdä?"* ja *"Millaisista asioista tykkäät?"* Tässä kohtaa voi hyödyntää myös Minä pidän -korttien eri kieliversioita.

Harjoitteen lopuksi valitut kiinnostuksen kohteet ympyröidään Minä pidän -listasta ja eniten kiinnostavat asiat voidaan merkitä esimerkiksi tähdellä.



DIGILLÄ
OPIN PORTAILLE

Diak

SUOMEN
DIAKONIAPISTO



Elinkeino-, liikenne- ja
ympäristökeskus

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Euroopan unioni
Euroopan sosiaalivaltio

2. Kiinnostuksen kohteet työelämässä

Tämä harjoite soveltuu hyvin yksilölliseen koulutus- ja uraohjaukseen jatkoharjoitteeksi Minä pidän -korttien harjoitteelle 1. Kiinnostuksen kohteiden tunnistaminen. Harjoitteen tavoitteena on konkretisoida omia kiinnostuksen kohteita osana opiskelua ja työelämää.

Harjoitteen aluksi ohjattava kirjoittaa tunnistamansa kiinnostuksen kohteet paperille. Tämän jälkeen voidaan yhdessä pohtia, millaisissa työtehtävissä omia kiinnostuksen kohteita voi hyödyntää. Lisäksi voidaan keskustella, mitä taitoja tulisi vielä kehittää, jotta mahdollinen haaveammatti tai -opiskelupaikka olisi mahdollinen saavuttaa.

Tämän jälkeen voidaan siirtyä tutkimaan, mitä konkreettisia toimia oman haaveen saavuttamiseksi voisi tehdä. Voidaan esimerkiksi yhdessä tutkia, millaisia palveluja paikkakunnalla on tarjolla tai selvittää, missä oppilaitoksessa kyseiseen työhön voi opiskella tai miten työtä voi hakea.

Lopuksi ohjattavan kanssa laaditaan suunnitelma, jossa on seuraavat askelmerkit unelman saavuttamiseksi. Suunnitelmaan ja sen edistymiseen voidaan palata mahdollisissa seuraavissa ohjauksissa.



DIGILLÄ
OPIN PORTAILLE

Diak

SUOMEN
DIAKONIAOPISTO



Elinkeino-, liikenne- ja
ympäristökeskus

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Euroopan unioni
Euroopan komissio

3. Kiinnostukset kuviksi

Tämä harjoite soveltuu toteuttavaksi sekä yksilö- että ryhmämuotoisessa ohjauksessa tai itsenäisenä tehtävänä. Harjoitteen tavoitteena on havainnollistaa ohjattavalle hänen omia unelmiaan ja kiinnostuksen kohteitaan visuaalisin keinoin.

Tässä harjoitteessa osallistujan kanssa luodaan visuaalinen tuotos omista tulevaisuuden haaveista ja toiveista. Tuotos voidaan toteuttaa esimerkiksi paperille piirtämällä tai leikkaamalla kuvia vanhoista lehdistä muodostaen niistä kollaasin. Ohjattava voi myös halutessaan koota tuotoksen digitaalisen kuvakollaasina tai vaikka videon muotoon.

Tehtävän tueksi ohjattavalle voi antaa muutamia apukysymyksiä, kuten: *"Mistä sinä pidät?" "Mistä asioista olet kiinnostunut?" "Mitkä asiat tuovat iloa ja voimavaroja elämääsi?"* ja *"Mitä haluat tehdä seuraavaksi/tulevaisuudessa?"* Tärkeää on kannustaa ohjattavaa tekemään tuotoksesta juuri itsensä näköinen.

Lopuksi ohjattavan kanssa voidaan vielä keskustella tuotoksesta ja ohjattava voi kertoa, millaiset asiat häntä kiinnostavat ja mistä hän unelmoi.



DIGILLÄ
OPIN PORTAILLE

Diak

SUOMEN
DIAKONIAOPISTO



Elinkeino-, liikenne- ja
ympäristökeskus

Vipuvoimaa
EU:lta
2014-2020



Euroopan unioni
European Union