



Itseopiskelumateriaali opiskelijoille | © Helsingin yliopiston urapalvelut

SUUNNITTELE JA TUNNISTA HARJOITTELUN TUOMAA OSAAMISTASI

Miksi?

Opintoihin mahdollisesti kuuluvaa työharjoittelua kannattaa ajatella osana asiantuntijaksi kasvamisen prosessia. Harjoittelussa pääset käyttämään ja syventämään olemassa olevia tietojasi ja taitojasi samalla kun opit uutta. Oman alasi osaamisen lisäksi käytät ja kehität harjoittelussa muun muassa itsesi johtamisen taitoja, yleisiä työelämätaitoja ja erilaisia vahvuuksiasi.

Todennäköisesti saat myös verkostoosi uusia kontakteja, joiden kanssa voit löytää yhteistyömahdollisuuksia myöhemminkin. Harjoittelun aikana kertyvät kontaktit ja omaan opintoalaan liittyvä työkokemus ovat työelämään hakeutumiseen kannalta todella tärkeitä.

Jotta hyödyt harjoittelusta mahdollisimman paljon, pysähdy jo etukäteen miettimään, miten haluat soveltaa yliopistossa oppimiasi asioita harjoittelun aikana ja millaisia oppimis- ja muita tavoitteita sinulla on harjoittelujaksollesi. Samoin harjoittelun jälkeen – kun asiat ovat vielä tuoreessa muistissa – on hyvä käyttää hetki siihen, että tunnistat ja sanallistat sinulle kertynyttä osaamista ja kokemusta.

Miten?

Tehtävä voidaan tehdä joko ennen harjoittelua tai harjoittelun jälkeen. Alla on lueteltu erilaisia osa-alueita, joihin todennäköisesti pääset tutustumaan harjoittelun aikana. Jotta saat harjoittelustasi mahdollisimman paljon irti, mieti näitä osa-alueita erityisesti oman oppimisesi kannalta:

- Teoreettinen ja henkilökohtainen oppiminen (tieto, oppiminen ja sen soveltaminen)
- Itseluottamuksen kehittäminen
- Urasuunnittelutaidot
- Organisaatiotaidot (kuinka organisaatiot toimivat)
- Työelämässä vaadittavat taidot (yleiset ja erityistaidot sekä työelämän toiminnan hahmottaminen)
- Vuorovaikutustaidot
- Oma työpanos (oma vaikutukseni työelämään ja oma työpanokseni organisaatiolle).

Jos harjoittelusi on vielä edessä päin: Mitä haluat oppia harjoittelussa? Kirjaa itsellesi ainakin kaksi tavoitetta jokaisen osa-alueen alle.

Jos olet jo suorittanut harjoittelusi: Millaisia asioita opit harjoittelussa? Listaa eri osa-alueiden alle asioita, joita tunnistat oppineesi tai vahvistaneesi harjoittelusi aikana. Halutessasi voit myös pohtia, millaisia asioita olisit halunnut oppia, mutta harjoittelu ei tarjonnut siihen tilaisuutta. Millä muulla tavalla voisit hankkia kokemusta näistä teemoista?



Saat harjoittelukokemuksestasi enemmän irti, kun mietit oppimaasi harjoittelun jälkeen seuraavien kysymysten avulla. Jos harjoittelu on vielä edessäpäin, pohdi kysymyksiä myös harjoittelun aikana.

- Mitä kaikkea tehtäviisi kuului, ja mistä olit vastuussa?
- Mitä taitoja ja valmiuksia tarvitsit suoriutuaksesi työtehtävistäsi?
- Mistä työtehtävistä pidit, ja mistä selvisit parhaiten?
- Mistä työtehtävistä pidit vähiten, ja mitä olisit voinut tehdä paremmin?
- Mitä opit omasta alastasi?
- Kiinnostiko ala sinua niin paljon, että haluaisit työllistyä ko. alalle valmistumisesi jälkeen?
- Millaisia kontakteja loit työjaksosi aikana?
- Miten viihdyit työpaikalla ja työkavereiden parissa?
- Millainen rooli sinulla oli työyhteisössä?
- Millaista palautetta sait työnantajaltasi, esihenkilöltäsi ja kollegoiltasi?
- Miten työnantajasi hyötyi harjoittelustasi?

Muokattu lähteestä: <https://www.aarresaari.net/opiskelijalle/harjoittelu>