

## Uravalmentaja <sup>[1]</sup>



## Uravalmentaja

Satu Myller auttaa tekkiläisiä eteenpäin urillaan niin henkilökohtaisen valmistuksen, koulutusten, workshopien kuin verkkokurssien ja muidenkin materiaalien myötä.

Satu Myller on yksi TEKin viidestä uravalmentajasta. Hän on ollut TEKissä töissä yli 10 vuotta.

## **Mitä työsi uravalmentajana pitää sisällään?**

Annan henkilökohtaista uravalmennusta, kehitän valmennusmateriaaleja ja pidän erilaisia koulutuksia liittyen työnhakuun ja oman uran suunnitteluun.

Henkilökohtaisessa uravalmennuksessa tapaan erilaisissa työelämän tilanteissa ja uran vaiheissa olevia jäseniämme ja sparraan ja coachaan heitä eteenpäin. Yhteydenottojen aiheet vaihtelevat, mutta useimmilla on mielessä työnhaku tai oman uran uudelleensuuntaaminen. Meihin voi ottaa yhteyttä täyttämällä sähköisen yhteydenottopyynnön nettisivuillamme. Siitä prosessi jatkuu niin, että jäsen saa yhteydenottonsa paluuviestissä ennakkotehtävän, jossa hän pääsee pohtimaan omaa uraansa tai työnhakua jo hieman etukäteen. Sen jälkeen minä tai joku muu TEKin uravalmentaja ottaa häneen yhteyttä ja sopii tapaamisajan. Osan kanssa tavataan täällä TEKin toimistolla, osan kanssa työskennellään puhelimitse ja osan kanssa järjestetään verkkotapaamisia Skypen kautta. Jäsenet ovat ottaneet yhteyttä Lähi-idästä, USAsta ja Aasiasta asti, sekä ihan ympäri Suomea – onneksi verkkotyöskentely mahdollistaa nykyään heidän auttamisensa ja palvelemisensa paremmin!

Uravalmennus on tavoitteellista ja ensimmäisessä tapaamisessa käyn jäsenen kanssa läpi hänen tarpeensa ja suunnitteleme, mitä teemme, jotta hän pääsee etenemään tavoitteensa suuntaan. Esimerkiksi jos jäsen haluaa uuteen duuniin, lähdetään miettimään aikataulutusta, konkretisoimaan uudelta työltä ja työympäristöltä toivottavia piirteitä ja laatimaan toimintastrategiaa. Käsitellään myös, millaisia uutta työtä tukevia vahvuuksia ja osaamista jäsenellä on ja kuinka niitä voi tuoda omassa työnhaussa luontevasti esille. Tapaamisia sovitaan tyypillisesti noin 3 yhtä valmennuskokonaisuutta kohden.

Apuna valmennuksessa käytämme erilaisia harjoituksia ja tehtäviä. Mietimme esimerkiksi työelämän onnistumisia, motivaatiota, osaamista ja kiinnostuksia. Jos jäsen haluaa vaihtaa alaa, niin mietitään erilaisten harjoitusten kautta, mitä tällainen muutos tarkoittaisi. Monet käyttävät urapalveluita myös palatessaan perhevapaalta; heidän kanssaan keskustellaan siitä, miten paluuseen voisi valmistautua ja miten varmistaa oma jaksaminen tässä muutosvaiheessa. Lisäksi käymme läpi jäsenen omia materiaaleja, kuten CV:itä, hakemuksia ja LinkedIn-profiileja.

Olen myös hyvin aktiivisesti mukana Työnhakuveturin toiminnassa. Se on työllistymistä tukevaa toimintaa Uudellamaalla, ja vastaavaa toimintaa on muuallakin Suomessa: Urapurje Turussa, Uratedhas Tampereella ja Urasampo Oulussa. Pidän niissä koulutuksia ja suunnittelen Uudenmaan pienryhmätoimintaa.

Lisäksi me uravalmentajat käymme erilaisissa työnhakuun ja uraan liittyvissä tapahtumissa pitämässä workshoppeja. Tänä syksynä olemme olleet mukana muun muassa Walk for Jobsissa ja TalentGOssa.

Näiden ohella teemme verkkokursseja ja digitaalisia koulutusmateriaaleja, usein myös yhteistyössä muiden liittojen uravalmentajien kanssa.

## **Miten työsi näkyy jäsenillemme?**

Parhaiten työni näkyy tietysti niille, jotka tulevat valmennukseen tai käyvät koulutuksissa.

Kaikki tekemäni työ on suoraa jäsenille suunnattua, niin henkilökohtaisesti asioiville kuin verkkokoulutuksiin tai workshoppeihin osallistuville.

Koen auttaneeni jokaista asiakastani ainakin jollakin tavalla eteenpäin asiassaan. Valmennuskeskusteluissa asiat usein selkeytyvät ja mielestäni tehtäväni onkin juuri antaa uusia näkökulmia. Me tavallisesti ajattelemme omia asioitamme aika yksipuolisesti ja mieli kulkee ikään kuin samalla radalla. Toisen kanssa keskustellessa omaan ajatteluun saa polttoainetta. Sitä ilman ei autonkaan moottori toimi.

## **Mikä motivoi sinua?**

Olen ihan pohjattoman kiinnostunut ihmisistä. Jokainen jäsentapaaminen on kuin ikkuna sen ihmisen elämään, ja hän avaa ikkunaa sen verran kuin itse haluaa. Minua kiinnostaa, mitä sieltä näkyy ja miten voin tätä ihmistä auttaa. Auttamismotivaatio on minulla kaikista vahvin.

Koen myös olevani eräänlainen kanssa-ajattelija. Niin kuin ei valmennuksista yleensäkkään, ei meiltäkään saa suoria vastauksia, vaan me autamme vastausten etsimisprosessissa. Kun pystyn tuomaan jotain uutta jäsenen mietintäprosessiin ja näen, että ajatukset menevät eteenpäin, se on aina hienoa.

## **Mikä on TEKissä parasta?**

Ihanat työkaverit ja omissa töissään taitavat jäsenet! Lisäksi täällä on aika laajat toimenkuvat ja työtä voi tehdä omalla persoonallaan. Meitä myös pyydetään paljon monenlaisiin juttuihin mukaan, mikä tekee tästä työstä monipuolista. Aina on ollut ihana tulla maanantaina töihin.

---

**Source URL:** <https://www.tek.fi/fi/tek/tek-tyopaikkana/tekin-toissa/uravalmentaja>

### **Links**

[1] <https://www.tek.fi/fi/tek/tek-tyopaikkana/tekin-toissa/uravalmentaja>