

Työkirja

Työhaun ja urasuunnittelun opas tekniikan, arkkitehtuurin
ja matemaattis-luonnontieteellisten alojen opiskelijoille



Työkirja 2024

30. vuosikerta

Julkaisija

Tekniikan akateemiset TEK

Ratavartijankatu 2 A

00520 Helsinki

(09) 229 121 (vaihde)

Toimittajat

Sari Haataja & Minni Hurme

Kansi

Outi Kainiemi

Taitto ja ulkoasu

redandblue

Kuvaajat ja kuvittajat

Suvi-Tuuli Kankaanpää, Outi Kainiemi

Kirjoittajat

Eva Alifrosti, Katariina Rönnqvist, Katja Sulenko, Lukumanu

Iddrisu, Mikko Matikka, Minni Hurme, Rina Knape ja muut TEKin

juristit, Sari Haataja, Sari Taukojärvi, Tuunia Keränen.

Toimituksen yhteystiedot

Työkirja c/o TEK

Ratavartijankatu 2 A

00520 Helsinki

(09) 229 121 (vaihde)

tyokirja@tek.fi

www.tek.fi/tyokirja

www.tek.fi/workbook

ISSN 2814-8088

Paino

Lehtisepät Oy

Painettu Suomessa

Painos

10 000

Paperi

Kansi: MAXI Offset 300g/m²

Sisus: MAXI Offset 100g/m²

Kiitokset

Lämmin kiitos kaikille suunnittelussa, toteutuksessa ja taustatukena mukana olleille.

Kiitos kaikille kirjoittajille! Kiitos myös Elina, Mikko, Minna ja Sofia aTalentista, Samuli Heltistä, Juha ja Petteri

redandbluesta sekä Herman, Larissa, Lukumanu, Madhulika, Nazia ja Outi panoksestanne Työkirjaan. Kiitos

myös Helena, Heidi, Katariina, Noora ja Tiina!

Kiitos TEKIn asiantuntijoille urapalveluissa, viestinnässä, oikeudellisissa palveluissa ja palkkaneuvonnassa sekä

Tykki-tiimissä, ja kaikille mukana olleille kollegoille oman osaamisenne jakamisesta. Kiitos yhteistyöstä myös

yliopistojen työelämä- ja urapalveluille sekä KOKO-kassalle.

Tervetuloa Työkirjan pariin!

Olemme tehneet Työkirjan tukemaan sinua tulevaisuutesi suunnittelussa ja työhaussa. Työkirja tarjoaa näkökulmia oman osaamisen tunnistamiseen ja sanoittamiseen sekä piilo-työpaikkojen löytämiseen. Saat konkreettisia vinkkejä työnhakuun ja työhaastatteluihin valmistautumiseen. Työkirjasta löydät myös apua CV:n kirjoittamiseen eri opintojen vaiheissa.

Työkirjassa on erikseen suomenkielinen ja englanninkielinen osio, joiden sisällöt vastaavat pitkälti toisiaan. Suomenkielisessä osiossa kansainvälisyyttä tarkastellaan kuitenkin kotikansainvälistymisen näkökulmasta, ja englanninkielisessä osiossa kerrotaan kokemuksia työhausta kansainvälisen osaajan silmin.

Suomenkieliset ja englanninkieliset CV-esimerkit tuovat monipuolista näkökulmaa CV:n kirjoittamiseen. Pääset lukemaan toista osiota kääntämällä Työkirjan käsissäsi ylösalaisin.

Painetun oppaan lisäksi löydät Työkirjan omilta verkkosivuilta tietoa ja työkaluja, jotka syventävät osaamistasi tämänkin Työkirjan aiheissa. Voit esimerkiksi analysoida harjoituksen avulla työpaikkailmoituksia tai harjoitella haastattelupelin avulla yleisiin haastattelukysymyksiin vastaamista. Verkkosivuilta löydät työkaluja ja CV-esimerkkejä myös ruotsin kielellä.

Työkirjan verkkosivut löydät osoitteesta www.tek.fi/tyokirja ja www.tek.fi/workbook.

Tekniikan akateemiset TEK on julkaissut Työkirjaa opiskelijoiden tueksi jo pitkään, ja tämä julkaisu onkin vuorossaan jo 30. Vaikka työhaussa tietyt perusasiat toistuvat vuodesta toiseen, nousee Työkirjassa esiin myös tässä ajassa puhuttavia aiheita, kuten hyvinvointi sekä kansainvälisyys.

Työkirja on suunnattu erityisesti tekniikan ja arkkitehtuurin sekä matemaattis-luonnontieteellisten alojen opiskelijoille. Näiden alojen opiskelijoilla on myös mahdollisuus liittyä TEKIn jäseneksi ja hyödyntää opiskelijajäsenyyteen sisältyviä palveluita. TEK tukee jäseniään monipuolisesti myös valmistumisen jälkeen, työuran eri vaiheissa. Olet lämpimästi tervetullut mukaan tiiviiseen yhteisöömme!

Työkirja on suunniteltu ja toteutettu yhteistyössä yliopistojen työelämä- ja urapalvelujen kanssa. Yliopistojen uraohjaajat tarjoavat kampuksilla monipuolista tukea urasuunniteluun ja työnhakuun. Oman yliopistosi yhteystiedot löydät sivulta 35.

Toivomme, että tämä Työkirja toimii kumppaninasi niin konkreettisesti työhaussa kuin oman tulevaisuutesi pohdinnassa ja hyvinvointisi tukena. Menestystä työnhakuun ja seuraaviin askeliin niin opinnoissa kuin työelämässä!

SARI HAATAJA

TEKin urapalvelut

TEK
Me tekniikan takana

Sisällysluettelo



- | | |
|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|
| 4 Tunnistatko osaamisesi? | 19 Tauon paikka! (Oman jaksamisen tukeminen pienillä teoilla) |
| 7 Yleiset työelämätaidot ja itsensä johtaminen | 22 Kotikansainvälistyminen on kätesi ulottuvilla |
| 8 Huomaa piilotyönhaun mahdollisuudet | 25 Työhaastattelun monet muodot |
| 10 Miten herätät rekrytoijan huomion? | 28 Palkkasuosituksat |
| 12 Vinkit CV:n rakentamiseen | 29 Palkkaneuvottelut |
| 13 CV-esimerkki: Kandivaiheen opiskelija | 31 Tekniikan akateemiset TEK |
| 14 CV-esimerkki: Maisterivaiheen opiskelija | 32 Työsopimus ja työtodistus |
| 16 Työhakemus vastauksena työpaikkailmoitukseen | 34 Korkeasti koulutettujen työttömyyskassa KOKO |
| 17 Avoin työhakemus | 35 Yliopistojen työelämä- ja urapalvelut |
| 18 Työhakemusesimerkki | |



Suomenkielinen osio

Tästä osasta Työkirjaa löydät apua työnhakuun ja urasuunnitteluun suomeksi. Jos haluat lukea Työkirjaa englanniksi, käännä opas ympäri.

Tunnistatko osaamisesi?

Osaatko kertoa, mitä olet tähän mennessä opinnoissasi oppinut? Oletko ollut kesätöissä tai työskennellyt opintojen ohella? Vai etsitkö vasta mahdollisuuksia kerryttää työkokemusta?

TEKSTI: TEK URAPALVELUT
KUVITUKSET: OUTI KAINIEMI

4

Oman osaamisen tunnistaminen ja sanoittaminen voi tuntua hankalalta, jos työkokemusta ei ole vielä ehtinyt kertyä. Kaikki osaaminen ei myöskään näy todistuksissa ja suorituksissa.

Osaamista tarkastellaan usein suhteessa johonkin; haettavaan työtehtävään, omiin kollegoihin tai työelämän tarpeisiin. Oma kiinnostuksemme ja motivaatiomme suuntaa oppimistamme ja ohjaa valintojamme siitä, missä haluamme kehittyä.

Osaaminen näkyviin

Työhaussa korostuu taito sanoittaa omaa osaamista ymmärrettävästi potentiaaliselle työnantajalle. Joskus voi tuntua vaikealta tunnistaa, mikä osaaminen on juuri tässä työssä erityisen tärkeää.

Usein pohdituttaa, kuinka tarkasti meidän odotetaan täyttävän työpaikkailmoitukseen kirjatut odotukset ja toiveet osaamisesta, tai miten paljon osaamista työnantajat odottavat opiskelijoilta. Konkreettiset esimerkit työtehtävistä tai opiskeluprojekteista voivat auttaa sanoittamaan omaa osaamista mahdollisimman todenmukaisesti.

Myös myöhemmin työurallamme saatamme epäröidä, mikä määrä kokemusta jostain asiasta,

ilmiöstä, työtehtävästä, järjestelmästä tai menetelmästä on riittävä, jotta voimme kertoa ymmärtävämmä tai osaavamme sitä. Tai miten ilmaisemme halukkuutemme oppia ja kehittyä näissä asioissa.

Matkan alussa

Kun kokemusta ei ole vielä ehtinyt kertyä juurikaan, voit kertoa työhaussa konkreettisista askeleista, joita olet ottanut kehittyäksesi ja oppiaksesi. Samalla voit osoittaa motivaatiota sinua kiinnostavissa asioista.

Voit siis kertoa työhaussa omista innostavista kurssivalinnoistasi, yhteistyöprojekteista, opinnäytetyön aihepiiristä, harrastuksesta tai omatoimisesta opiskelusta sinua kiinnostavan aiheen parissa.

Oman alan osaamiseen liittyvät tiedot ja taidot ovat tavallisesti työhaun keskiössä, mutta eivät ainoa kiinnostava asia sinussa. Usein ajattelemme, että työnantajia kiinnostaa vain kokemus ja osaaminen, joka on syntynyt omaan opiskeluaan liittyvässä työtehtävässä. Jokainen meistä on kuitenkin yksilöllinen kokonaisuus vahvuuksia, tietoja ja taitoja sekä motivaatiotekijöitä, joihin kaikki aikaisemmat kokemuksemme ovat vaikuttaneet.

Näistä on usein apua

- » Käytä ennen työhakemuksen ja CV:n kirjoittamista aikaa oman osaamisen pohtimiseen. Voit hyödyntää pohdinnassa vaikka mind mapia tai muuta sinulle sopivaa jäsenystapaa. Tutustu esim. Työkirjan verkkosivuilla olevaan Osaaminen esille -harjoitukseen.
- » Juttele osaamisesta myös muiden alojen tai muiden tutkinto-ohjelmien opiskelijoiden kanssa. Huomaat, miten oma osaamisesi mahdollisesti eroaa muista.
- » Tartu rohkeasti mahdollisuuksiin kokeilla uutta, oli kyse sitten kiinnostavista kursseista tai sinulle vielä tuntemattomista työpaikoista.

Opinnoissa kehitty monipuolisia taitoja

Silloin kun työkokemusta on vielä melko vähän, on hyvä pohtia, miten tuoda esiin opintojen aikana syntynyttä osaamista. Opiskelupolkua rakennetaan niin, että sisältöjen lisäksi opiskelumuodot ja opiskelumenetelmät tuottavat laajasti erilaisia työelämätaitoja.

Ehkä olet itse havahtunut vahvuksistasi tiimityössä, ehkä huomaat oppineesi vahvaksi viestijäksi tai tunnistanut itsestäsi taitavan verkostoituksen. Mieti, mitä taitoja sinä olet päässyt kehittämään omassa opinnoissasi ja pohdi konkreettisia esimerkkejä, joista voit kertoa työhakemuksessa tai haastattelussa.

Oletko saanut hyvää palautetta työskentelystäsi ryhmässä, oletko kantanut vastuuta opiskeluprojektista tai oletko ollut mukana ratkaisemassa jonkun yrityksen ongelmia? Esimerkit auttavat työnantajaa tunnistamaan vahvuksiasi ja luomaan mielikuvaa osaamisestasi ja potentiaalistasi. >>>

5

Tutustu rekrytoijien vinkkeihin, kuinka voit työhaussa tuoda omaa osaamistasi esiin, vaikka sinulle ei vielä olisi kertynyt työkokemusta. Vinkit löydät Työkirjan sivulta 10.

Hyvä ja huono vertailu

Oman osaamisen tunnistamisessa voi saada joskus isojakin oivalluksia, kun irrottautuu välillä saman alan opiskelijoiden joukosta ja kohtaa opinnoissa joko kokonaan muiden alojen tai muiden tutkinto-ohjelmien opiskelijoita.

Saatat huomata, että oman alasi opiskelijoilla painottuvat taidot eivät olekaan itsestäänselvyys vaan juuri sinun alasi erityispiirre. Eri alojen opiskelijoilta voit myös saada ideoita siitä, mitä yksilöllistä osaamista voisit hankkia omien opintojen aikana tai ohella. Monipuolinen osaaminen voi auttaa myös erottumaan työnhaussa eduksesi.

Joskus tunnistamme osaamista helpommin toisissa ihmisissä. Turhaa vertailua kannattaa välttää, mutta toisaalta voimme myös oppia toisiltamme. Onko opiskelukaverillasi joku taito, jonka sinäkin haluaisit? Mieti, miten voisit kehittyä itsekin samassa asiassa.

Voimme hyödyntää oman osaamisemme tunnistamisessa myös ympärillämme olevia ihmisiä. Kysy siis opiskelu- tai työkavereiltasi tai läheisiltäsi minikälaista osaamista tai vahvuuksia he sinussa tunnustavat. Saatat yllättyä heidän tarkkanäköisyydestään.

Kokeileminen kunniaan

Tutkimukseen perustuva opetus totuttaa meidät ymmärtämään asioiden välisiä kytköksiä, kysymään kysymyksiä ja kyseenalaistamaan jo oppimaamme. Tämä oppi on jo itsessään arvokasta työelämässä. Opiskeluaika mahdollistaa laaja-alaisen oppimisen sekä erilaiset kokeilut.

Opintojen aikainen kokemus työelämästä voi myös muokata tulevaan työuraamme kohdistuvia toiveitamme ja tavoitteitamme. Jokainen työkokemus auttaa sinua arvioimaan omaa osaamistasi suhteessa työelämän tarpeisiin. Ne auttavat sinua myös tekemään opintojasi koskevia valintoja, jotka tukevat oman paikkasi löytämistä valmistumisen jälkeen. ■

Tutustu oman yliopistosi urapalveluihin ja hyödynnä uraohjaajien tarjoamaa tukea oman osaamisesi sanoittamiseen. Yhteystiedot löydät Työkirjan sivulta 35.



Yleiset työelämätaidot ja itsensä johtaminen

TEKSTI: TEK URAPALVELUT
KUVITUS: OUTI KAINIEMI

Kyky johtaa omaa työskentelyä ja oppia yleisiä työelämätaitoja on työelämässä kovaa valuuttaa. Yleisiä työelämätaitoja ovat muun muassa vuorovaikutus-, viestintä-, neuvottelu-, johtamis-, analysointi-, projektinhallinta-, esiintymis- ja ongelmanratkaisutaidot. Itsensä johtamisen taidot auttavat onnistumaan työssä ja pärjäämään elämässä, sekä tukevat tavoitteisiin pääsemisessä. Itsensä johtamisen taitoja ovat esimerkiksi oman toiminnan suunnittelun, tavoitteiden asettelun, oman toiminnan arvioimisen, priorisoinnin, stressinhallinnan ja ajanhallinnan taidot.

Yleiset työelämätaidot ja itsensä johtamisen taidot edesauttavat omien työtehtävien hoitamista, tiimien yhteispeliä ja viimekädessä koko työpaikan toimintaa. Taitojen hyödyllisyyden takia myös työnantajat arvostavat työntekijöitä, jotka omaksuvat ja hyödyntävät sujuvasti näitä taitoja. Työntekijän substanssiosaamisen eli omaan alaan keskittyvän erityisosaamisen lisäksi tärkeää on ottaa haltuun taitoja, joista on hyötyä laajasti missä tahansa työtehtävissä.

Jo opiskeluaikana on mahdollista kerryttää yleisiin työelämätaitoihin ja itsensä johtamiseen liittyvää osaamista. Opintojen edistäminen itsessään vaatii näiden taitojen oppimista ja hyödyntämistä. Myös opintojen aikaisissa ryhmitöissä, projekteissa, harjoitteluissa ja vapaaehtoistoiminnassa on mahdollista kerryttää kokemusta esimerkiksi projektinhallinnasta, vuorovaikutuksesta, esiintymisestä, ongelmanratkaisukyvyistä ja tiimitoiminnasta.

Myös työnhaussa kannattaa tuoda esille omia vahvuuksia työelämätaidoissa ja itsensä johtamisessa. Ylipäätään työnhakijan kannattaa kertoa työnantajille koko osaamisen kokonaisuudestaan, eli esitellä sekä erityisosaamistaan että yleisempiä työelämätaitojaan. Nämä taidot saattavat tuntua itsestään



selviltä asioilta, mutta niitä ei kannata ylenkatsoa, sillä voi olla, että juuri sinä olet erittäin lahjakas joissakin niistä ja siksi erityisen kiinnostava työntekijäehdokka työnantajan mielestä.

Itsensä johtamisen taidoista on apua myös oman hyvinvoinnin kannalta. Usein oman toiminnan suunnittelu auttaa laadukkaasti lopputuloksen saavuttamisessa ja tavoitteiden asettaminen auttaa motivoitumaan työssä. Omien rajojen vetäminen ja niistä muille kertominen auttaa hallitsemaan omaa työkuormaa, kun taas ajanhallinta ja priorisointi voi helpottaa työskentelyyn ryhtymisessä ja asioiden aikaansaamisessa. Kaikki nämä voivat auttaa stressin hallinnassa, joka on tärkeää niin kokonaisen hyvinvoinnin kuin työn mielekkyyden kannalta. ■

Lue lisää siitä, miten voit tukea omaa jaksamistasi pienillä teoilla Työkirjan sivulla 19.

Huomaa piilotyönhaun mahdollisuudet

Etsitkö keinoja napata kesätyö- tai opinnäytetyöpaikka muutenkin kuin julkisten työpaikkailmoitusten kautta? Piilotyöpaikkojen etsiminen voi olla ratkaisusi! Huomioi seuraavat vinkit, jos haluat rikastaa työnhakuasi ja erottua muista työnhakijoista etsimällä piilossa olevia työpaikkoja, joista ei ilmoiteta julkisesti.

TEKSTI: TEK URAPALVELUT
KUVITUS: OUTI KAINIEMI

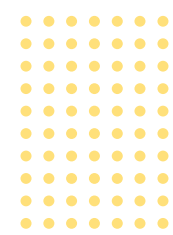
Verkostojen voima

- » Kuulostele verkostoltasi vinkkejä kiinnostavista työpaikoista – voit saada tietoa työpaikoista, joita ei ole vielä laitettu avoimeen hakuun tai joissa ei olla käynnistämässä julkista rekrytointiprosessia, mutta joihin kuitenkin tarvittaisiin tekijää.
- » Ole yhteydessä mahdollisen vanhan kesätyöpaikkasi esihenkilöön ja työkaverihin, jotka jo tuntevat sinut, ja kysy työmahdollisuuksia. Jos tutussa paikassa ei ole tällä kertaa avointa työmahdollisuutta, voit kysyä entisiltä kollegoilta vihiä muista työmahdollisuuksista tiimin ulkopuolella.
- » Ota selvää olisiko proffallasi tietoa työpaikoista. Osa työmahdollisuuksista liikkuu heidän kauttaan.
- » Kerro lähipiirillesi, että etsit töitä. Kiinnostava vihje tai kontakti voi löytyä vaikkapa kaverin, naapurin tai rekrymessuilla tavatun työnantajan kautta. Kartoi lähipiirisi kokemuksia: voisitko napata kesätyön saman rekryfirman kautta kuin kaverisi viime vuonna? Entä voisiko kiinnostavaan firmaan opinnäytetyön tehneeltä tuttavalta kysellä lisätietoja?
- » Laajenna verkostojasi aktiivisesti. Tähän on lukuisia tapoja ja väyliä. Voit tavata kiinnostavia oman alan ihmisiä ja työnantajia seminaareissa, rekrymessuilla, LinkedInin verkostoitumishaasteissa, LinkedIn-ryhmissä, työnantajatapaamisissa ja yritysekskursioilla, kerhoissa ja yhdistyksissä sekä nuorten osaajien verkostoissa.

Suorien yhteydenottojen ja CV-tietokantojen hyödyntäminen

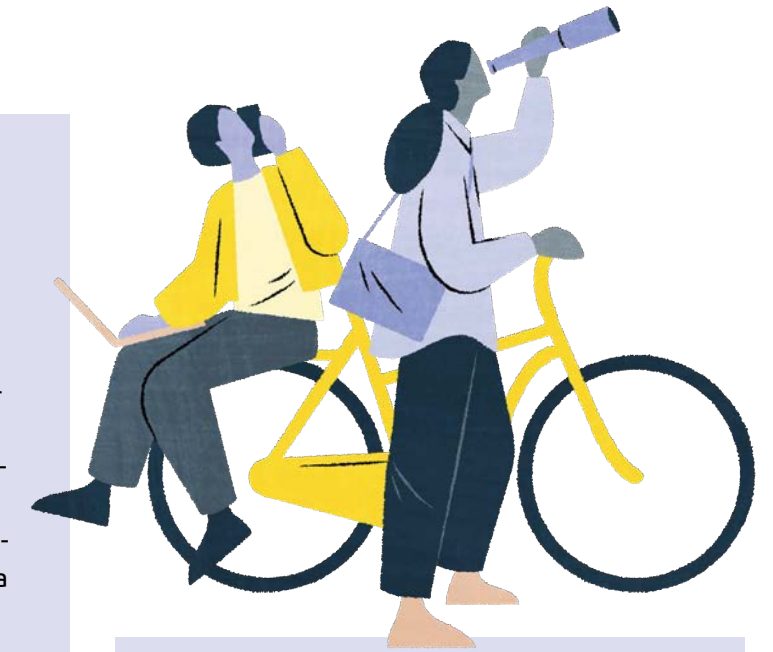
- » Lähesty kiinnostavaa organisaatiota hakemuksella ja/tai yhteydenotolla puhelimitse tai sähköpostitse. Pienen yrityksen kohdalla voit tavoitella sen toimitusjohtajaa tai HR-vastaavaa. Isomman yrityksen tapauksessa voit kokeilla saada yhteyden yrityksen rekrytointitiimiin tai rekrytoivaan esihenkilöön, jonka tiimiin haluaisit töihin. Voit lähettää työnantajalle avoimen hakemuksen, jossa osoitat motivaatiosi työnantajaa kohtaan ja kerrot miksi sinä olisit heille sopiva työntekijä ja mitä olet heille tarjoamassa.
- » Täytä tietosi huolellisesti relevantteihin CV-tietokantoihin (rekrytointipalvelut- ja yritykset, työnantajat, oman yliopiston ura- ja työelämäpalvelut), joista rekrytoijat tekevät hakuja avainsanoilla. Vaikka et nappaisikaan tehtävää, jota alun perin lähdit tavoittelemaan, voi osaamisesi sopia johonkin toiseen kiinnostavaan tehtävään.

Lisää apua avoimen hakemuksen luonnosteleamiseen löydät Työkirjan sivulta 17.



Läsnäolo ja aktiivisuus LinkedInissä ja muussa sosiaalisessa mediassa

- » Seuraa kiinnostavia työnantajia sosiaalisessa mediassa ja muissa kanavissa ja kiinnitä huomiota esimerkiksi laajennus-uutisiin, investointeihin ja nimityksiin, yrityskauppoihin, kumppanuusjulkistuksiin, tuote- tai palvelulanseerauksiin, rahoituspäätöksiin, pörssikurssin kehitykseen ja osakeantoihin. Voisiko uutisointien perusteella löytyä vihiä yrityksen mahdollisista osajatarpeista?
- » Hio profiilisi avainsanoineen kuntoon LinkedInissä. Profiiliin kannattaa panostaa ja täyttää se huolella. Kerro työkokemuksistasi avaten vastuitasi ja aikaansaannoksiasi, koska pelkkä nimike ei vielä kerro paljon. Muista mainita myös mahdollisista luottamustoimista, vapaaehtoistöistä ja projekteista, jotka ovat kerryttäneet työelämässä arvostettavia taitoja, kuten kykyä ideoida, organisoida kokonaisuuksia tai tsemjata joukkuekavereita.
- » Linkitä LinkedIn-profiiliisi ja CV:seesi mahdollinen portfoliosi työnäytteineen – nämä ovat konkreettisia osoituksia taidoistasi.
- » Lähetä rohkeasti verkostoitumiskutsuja kiinnostaville henkilöille ja rekrytoijille personoidulla saateviestillä. Harkitse informaatiohaastattelua, joka on oiva tapa kysyä mielenkiintoisessa tehtävässä työskentelevältä lisätietoja: mistä asioista hän työssään pitää ja millaista osaamista se edellyttää?
- » Osallistu aktiivisesti alasi keskusteluihin. Voit tehdä myös omia postauksia ja profiloitua vahvemmin oman alasi opiskelijana tai vastavalmistuneena osajana.
- » Tee työnhakuun liittyviä postauksia tai oma työnhakukampanja, jossa kerrot, millaista työtä olet etsimässä. Voit saada buustia työnhakuun verkostoltasi – he voivat puhua sinusta hyvää tai ehdottaa sinulle kiinnostavia työmahdollisuuksia.



Työmahdollisuuksien bongaminen

- » Kerää informaatiota aistit avoinna. Näitkö houkuttelevan työnantajan mainoksen? Kuulitko mielenkiintoisesta projektista? Luitko tuotteesta tai palvelusta, jonka parissa haluaisit työskennellä? Kirjaa ylös kiinnostavia signaaleja eri toimijoilta – näin saat koottua listan potentiaalisista työnantajista. Saat luotua työnhaustasi suunnitelmallisempaa, kun tiedät, mitä organisaatioita haluat lähestyä ja kirkastat itsellesi, miksi ne kiinnostavat.
- » Harkitse ympäristönvaihdosta. Voit kiihkaroida työmahdollisuuksia myös oman kaupungin ulkopuolelta ja lähteä keräämään kokemusta uudelta alueelta tai eri maastakin, mikäli se sopii tilanteeseesi.

Oman osaamisen sanoittaminen

- » Treenaa hissipuhe, pitch, joka auttaa sinua kertomaan osaamisestasi napakasti yllättävissäkin tilanteissa – näin olet valmis loistamaan, kun sopiva työmahdollisuus osuu kohdallesi.
- » Kysy palautetta lähipiiriltäsi saadaksesi uutta näkökulmaa oman osaamisen sanoittamiseen. Voit kysellä sinut tuntevilta henkilöiltä, miten he sinut ja osaamisesi näkevät. Voit löytää uusia vahvuuksia, joista kertoa työnhaussa ollessasi. ■

Miten herätät rekrytoijan huomion?

Rekrytoijat arvioivat viikoittain satoja työhakemuksia löytääkseen asiakkailleen parhaat tekijät. Koska samoja töitä hakee moni opiskelukaveri, kollega tai kaukainen sukulainen, joukosta edukseen erottautuminen ratkaisee. Tässä **aTalentin** vinkit siihen, kuinka herättää rekrytoijan huomio työnhaussa.

TEKSTI: MIKKO MATIKKA
KUVA: ATALENT

Kohdenna hakemuksesi motivaatio edellä

“Junior-osaajia etsiessäni huomioni kiinnittyy erityisesti motivaatioon. Jos jossakin kohtaa on mahdollisuus tehdä vaikutus, se on hakemuskirjeen ensimmäisissä virkkeissä. Aloita hakemuskirjeesi kertomalla, mikä työpaikassa erityisesti kiinnostaa. Tuo myös rohkeasti omaa persoonaasi peliin – pilkettä saa silmäkulmassa olla! Tärkeintä kuitenkin on, että osoitat pohtineesi, miksi haluat juuri kyseiseen työpaikkaan.”

SOFIA LATVA-KOIVISTO

Senior Recruitment Manager, aTalent

Näin perustelet motivaatiosi:

- Miksi työpaikkaa markkinoiva yritys ja avoin rooli kiinnostavat sinua?
- Miten työpaikka palvelisi lyhyen tähtäimen uravoitteesi?
- Millaisia tulevaisuuden haaveita sinulla on uraasi varten ja miten hakemasi työpaikka voisi avittaa niiden toteutumisessa?

Motivaatiotekijöitä kannattaa räätälöidä jokaiseen työhakemukseen, sillä rekrytoijat ovat taitavia tunnistamaan massahakemukset. Räätälöinti kannattaa myös siksi, että se auttaa kirkkomaan turhat huolimattomuusvirheet pois.

Kerro vahvuksistasi konkretian kautta

“Oletko nopea oppimaan? Mahtavaa, mutta niin on moni muukin! Uskomme, että olet kaikkea, mitä sanot hakemuksessa olevasi – suosittelen silti komppaamaan kertomaasi konkreettisilla esimerkeillä. Mitä tarkalleen opit nopeasti edellisessä työpaikassa, opinnoissa tai harjoittelussa? Oletko saanut hyvää palautetta vuorovaikutustaidoistasi? Kertomalla tarkemmin kyvyistäsi jätät paremmin rekrytoijan mieleen.”

MINNA TIAINEN

Team Lead, Senior Talent Sourcing Manager, aTalent

Näin perustelet vahvuksiasi:

- Oletko käynyt lisäkurseja työpaikan erikoisalaan liittyen?
- Oletko opiskellut alalla yleisten ohjelmistojen perusteita?
- Millaista palautetta olet saanut aiemmissa työpaikoissa, harrastuksissa tai opiskelijajärjestötoiminnassa?

Samalla tittelillä varustettujen työpaikkojen työnkuvat saattaavat vaihdella merkittävästi eri yritysten välillä. Tutustu työpaikkailmoituksen “millaista tyyppeä etsimme” osioon ja mieti konkreettisia esimerkkejä, millä tavoin sinä sopisit kuvaukseen.



Pidä LinkedIn-profiilisi ajan tasalla

“Linkkari-profilia kannattaa teroittaa säännöllisesti, sillä opintojen edistyessä ja oman alan työkokemuksen karttuessa alat kiinnittämään myös headhuntereiden huomion. Varsinkin erikoistuneemmilla aloilla loppuvaiheen opiskelijoita saatetaan lähestyä LinkedInissä.”

MINNA TIAINEN

Team Lead, Senior Talent Sourcing Manager, aTalent

Näin pidät LinkedIn-profiilisi houkuttelevana:

- Listaa Skills-osioon oman alasi tärkeimmät erikoistaidot sekä yleiset työelämätaidot.
- Listaa työhistoriasi ja kerro kunkin työpaikan kohdalla keskeisimmistä vastuistasi; pelkkä titteli ei kerro kaikkea olennaista.
- Listaa opintosi, sekä mitä kurseja kävit, mihin erikoistuit ja milloin valmistuit tai olet valmistumassa.

Rekrytoijat arvioivat myös näitä:

- **Huolellisuus hakudokumenteissa:** Tarkista kirjoitus- ja kielioppivirheet, yrityksen nimestä puhumattakaan.
- **Johdonmukaisuus:** Olennaisin työkokemus esitetään CV:ssä, kun taas oman uratilanteen ja motivaation tarkempi avaaminen tapahtuu hakemuskirjeessä.
- **Omat yhteystiedot vs. työpaikan sijainti:** Jos etäisyyttä näiden välillä on paljon, taustoitusta tilanteesi hakemuskirjeessä.
- **Saatavuutesi:** Kuinka paljon pystyt tekemään töitä? Mikä on opintojesi tilanne? Milloin pystyt aloittamaan? ■

Lisää vinkkejä muun muassa LinkedInin käyttöön voit lukea Työkirjan verkkosivuilla!

→ www.tek.fi/tyokirja

Vinkit CV:n rakentamiseen

TEKSTI: TEK URAPALVELUT

CV:n tarkoitus on herättää työnantajan kiinnostus ja antaa tietoa taidoistasi ja saavutuksistasi, jotka sopivat hakemaasi työhön. Vaikka sinulle ei urasi alkuvaiheessa olisi kertynyt vielä paljon työkokemusta, voit siitä huolimatta rakentaa työnantaja kiinnostavan CV:n. Tällaisen CV:n voit luoda kirjoittamalla niistä taidoistasi ja kokemuksistasi, joista arvioit potentiaalisen työnantajan hyötyvän sekä kertomalla halustasi päästä kehittymään ammattilaisena. Tässä muutamia vinkkejä CV:n kirjoittamiseen.

Tunnista osaaminen

Hyvän CV:n kirjoittaminen lähtee siitä, että tunnistat millaista osaamista sinulla on. Tarkastele millaisia kokemuksia sinulle on kertynyt opinnoissa, mahdollisissa työ- ja harjoittelupaikoissa, luottamustoimissa ja harrastuksissa. Pohdi kunkin kokemuksen kohdalla, millaisia vastuita sinun hoidettavanasi oli, mitä sait aikaan ja millaisia taitoja niissä käytit. Voit tarkastella ammatillisia erityistaitojasi kuin myös yleisiä työelämätaitojasi.

Esitä tärkeimmät asiat ensin

CV:n alkuun kannattaa tuoda kaikkein olennaisin sisältö, jonka ainakin haluat vastaanottajan lukevan. CV:n alkuun voi olla hyödyllistä lisätä lyhyt tiivistelmäteksti, jossa esittelet itsesi ja kerrot ydinosaamistasi ja kiinnostuksistasi sekä mitä tavoittelet seuraavaksi urallasi. Tiivistelmän lisäksi opintotaustasi tai tuore tutkintosi voi olla tärkeässä asemassa kuin myös mahdolliset työ- tai harjoittelukokemuksesi. Älä myöskään unohda yhteystietojasi CV:stäsi.

Räätälöi dokumentti

CV:n luomisessa voit ottaa huomioon hakemasi tehtävän tai alan ja kirjata dokumenttiin juuri haettavan työpaikan kannalta olennaisia asioita sinusta. Voit pohtia, mitkä seikat kokemuksissasi, taidoissasi ja kiinnostuksissasi olisivat työnantajan kannalta relevantteja ja kiinnostavia.

Huomioi muutoseikat

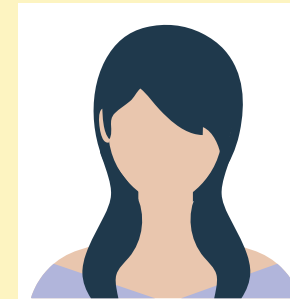
Opiskelijan tai vastavalmistuneen CV:n sopiva pituus on noin 1–2 sivua. Tee CV:stäsi selkeä ja helpposti luettava. Visuaaliset esitystavat voivat tehdä dokumentistasi helposti silmällävän. CV:n tiedostomuodoksi kannattaa valita muoto, jonka vastaanottaja saa vaivatta auki ja ilman, että asetellut muuttuvat. Esimerkiksi PDF-muoto on hyvä valinta. Tallenna dokumentti tiedostonimellä, jossa näkyy nimesi ja asiakirjan nimi. ■

Lisää apua erilaisten työnhaun dokumenttien laatimiseen löydät Työkirjan verkkosivuilta!

→ www.tek.fi/tyokirja

CV-esimerkki:

Kandivaiheen opiskelija



LYYTI LOISTE

SÄHKÖTEKKARI

Haen kesätyöpaikkaa sähkötekniikan alalta. Olen erityisen kiinnostunut uusiutuvasta energiasta, sähköjakelusta, sähköistyvästä liikenteestä ja akkuteknologiasta. Minulla on kokemusta asiakaspalvelusta, tuotannon toimintamalleista ja -järjestelmistä, ongelmanratkaisusta ja teollisuuden laitteiden kunnossapidon tehtävistä.

+358 50 123 456

lyyti.loiste@student.uwasa.fi

linkedin.com/in/lyytiloiste

KOULUTUS

VAASAN YLIOPISTO

Tekniikan kandidaattiopinnot, 2021–

Pääaine: Sähkö- ja energiatekniikka
Tutkinnosta suoritettu: 150/180 op
Vaihto-opinnot: Universidad Carlos III de Madrid, Espanja, syyslukukausi 2023

TURUN NORMAALIKOULUN LUKIO (IB)

Ylioppilas, 2020

TAIDOT

Asiakaspalvelu, laitteiden kunnossapito, tiimityöskentely, ongelmanratkaisutaidot

Kielitaito

Suomi ★★★★★
Englanti ★★★★★
Ruotsi ★★★★★
Espanja ★★★★★

IT-taidot

MS Excel ★★★★★
Matlab ★★★★★
Python ★★★★★
C ★★★★★

TYÖKOKEMUS

Laiteinsinööriharjoittelija, Electro Oy Ab

05/2023 – 09/2023

Toimin kunnossapidon tiimissä varmistamaan anturituotannon tuotantolaitteiden toiminnan. Suoritin erilaisia ennakkohuoltoja ja ratkaisin vikatilanteita.

Tuotanto-operaattori, Electro Oy Ab

06/2022 – 08/2022

Työskentelin tuotantolinjalla ja vastasin anturivalmistuksen prosessien edistymisestä. Toimin korkean laatustandardin alla. Työ oli puhdistilatyöskentelyä ja kaksivuorotyötä.

Kassatyöntekijä, Megamarketit Oy

07/2020 – 08/2021

Työskentelin asiakaspalvelijana kassalla eri Megamarket-ryhmän myymälöissä. Opin asiakaspalvelutaitoja ja työskentelyä paineen alla.

LUOTTAMUSTOIMET

Tutor-opiskelija uusille opiskelijoille

Vaasan yliopisto, 2022

HARRASTUKSET

Elektronisen musiikin tuottaminen
Laulu ja kitaransoitto bändissä
Juniorijalkapallojen tuomarointi

SUOSITTELIJAT

Toimitan yhteystiedot pyydettyä.



CV-esimerkki:

Maisterivaiheen opiskelija



RIKO LEHTELÄ

BIOTEKNIIKAN OPISKELIJA

+358 400 123 45
riko.lehtela@aalto.fi
linkedin.com/in/rikolehtela
Helsinki



PROFIILI

Olen analyttinen biotekniikan opiskelija, ja valmistun pian diplomi-insinööriksi. Tulevissa työtehtävissäni haluan olla mukana edistämässä ihmisten ja ympäristön turvallisuutta ja hyvinvointia. Nautin käytännön laboratoriotyöstä, jossa pääsen myös hyödyntämään kokemustani ja oppimaan uutta. Etsin parhaillaan valmistumisen jälkeistä oman alan työpaikkaa esimerkiksi lääketieteellisen tekniikan parista.

KOULUTUS

AALTO YLIOPISTO
Diplomi-insinööriopinnot, 2022–
Pääaine: Biosystems and Biomaterials Engineering
Diplomityö: Expression of heterologous enzyme in Saccharomyces cerevisiae
Tutkinnosta suoritettu: 95/120 op

TECHNISCHE UNIVERSITÄT MÜNCHEN
Vaihto-opinnot, Saksa, kevät 2021
Biotekniikan ja saksan kielen opintoja

AALTO YLIOPISTO
Tekniikan kandidaatti, 2018–2022
Pääaine: Chemical Engineering
Sivuaaine: Bioinformation Technology
Tutkinnosta suoritettu: 180/180 op

JYVÄSKYLÄN LYSEON LUKIO
Ylioppilas, 2014–2017
Opinnot luonnontieteisiin painottuen

TAIDOT

ERITYISOSAAMINEN
Laboratoriotyöskentely
Molekyyl- ja solubiologia
Data-analyysi
Projektinsuunnittelu ja -hallinta

KIELITAITO

Suomi ██████████
Englanti ██████████
Saksa ██████████
Ruotsi ██████████

IT-TAIDOT

Python ██████████
R ██████████
Scala ██████████
MS Office ██████████

TYÖKOKEMUS

Diplomityöntekijä
Aalto yliopisto
01/2023 – 01/2024 (arvio)

Valmistin bioteknologian laboratoriossa muokattuja hiivasoluja, ja tutkin niiden tuottamien entsyymien ilmentymistä. Työhön kuului mm. kloonausta ja proteiini-analyysiä.

Tuotantotyöntekijä
DiagnoHealth Group Oy
04/2022–09/2022

Osallistuin uuden varastointijärjestelmän kehittämiseen tehtaalle, sen järjestelyyn konkreettisesti ja virtuaalisesti sekä järjestelmän esittelyyn muille työntekijöille. Lisäksi vapautin ja valmistelin asiakastilauksia kuljetuksia varten.

Ohjelmoinnin ja luonnontieteiden ohjaaja
Tiedetuutorit ry
03–09/2019 & 06–08/2020

Opetin Python -ohjelmointia ja luonnontieteitä 7-14-vuotiaille lapsille ja nuorille.

Kiinteistöhoitaja
Pihahuolto Oy
06–08/2016 & 06–08/2015

Työskentelin monipuolisissa piha-alueiden kunnossapidon tehtävissä osana huoltotiimiä.

SUOSITTELIJAT

Toimitan suosittelijoideni yhteystiedot pyydettyäessä.

KIINNOSTUKSET

- Terveysteknologia
- Ohjelmointi
- Boulderointi
- Vaellus

MUUTA

Asepalvelus
Lääkintäaliupseeri,
Kainuun prikaati, Kajaani
07/2017–06/2018

Työhakemus vastauksena työpaikkailmoitukseen

Työhakemuksen tarkoitus on tuoda esille motivaatiosi ja myydä osaamistasi kohdennetusti tiettyyn työpaikkaan. Hyvä työhakemus täydentää CV:täsi ja vastaa kysymykseen, miksi sinut kannattaisi valita hakemaasi työpaikkaan. Työhakemuksen kirjoittamista kannattaa lähestyä vähän eri tavalla riippuen siitä, oletko lähettämässä vastausta työpaikkailmoitukseen vai lähestymässä työnantajaa avoimella työhakemuksella.

TEKSTI: TEK URAPALVELUT
KUVITUS: OUTI KAINIEMI

1 Analysoi työpaikkailmoitus

Lue työpaikkailmoitus huolella läpi ja tarkastele, mitä työnantajasta ja työtehtävästä kerrotaan. Mieti, mikä kyseisessä työtehtävässä ja organisaatiossa sinua erityisesti innostaa. Tarkastele ilmoitusta ja poimi siitä työntekijää koskevia kriteerejä ja työtehtävän vastuita. Vertaa ilmoitukseen peilaten, mitä osaamista ja valmiuksia sinä tarjoaisit haettuihin kriteereihin. Kirjaa näitä asioita itsellesi ylös ja päätä lähdekö hakemaan työpaikkaa.

2 Räätlöi hakemuksesi sopimaan haettuun tehtävään

Hakemus kannattaa räätälöidä aina haettuun tehtävään sopivaksi välttäen geneerisiä perusteluita ja kuvailuja. Hakemuksen voi aloittaa kertomalla, mitä paikkaa olet hakemassa ja miksi juuri kyseinen työnantaja ja työtehtävä kiinnostaa sinua. Luonnostele hakemuskirjeesi siten, että vastaat työpaikkailmoituksessa mainittuihin asioihin ja kriteereihin omalta kohdaltasi. Tarkastele, mitä asioita ilmoituksessa on mainittu ja perustele, miten itse hoitaisit kyseisiä vastuita tai miksi itse täyttäisit annetut kriteerit. Kerro hakemuksessasi siis osaamisestasi ja vahvuusistasi juuri hakemaasi työtehtävään nähden.

3 Muista yksityiskohdat ja noudata annettuja ohjeita

Lisää hakemukseesi tiedot, joita on pyydetty ilmoituksessa. Tällaisia asioita saattavat esimerkiksi olla palkkatoiveesi tai sinulle sopiva töiden aloitusajankohta. Muista lisätä hakemukseen myös yhteystietosi sekä haettavan työtehtävän ja työnantajan nimi. Hakemuksen lopussa voi olla hyvä kertoa, että olet valmis keskustelemaan lisää kyseisestä työmahdollisuudesta. Tiedosto kannattaa tallentaa nimellä, jossa näkyy oma nimesi ja asiakirjan nimi. Muista myös noudattaa ilmoituksessa mainittuja hakuohjeita ja aikarajoja. ■

Vinkki

Muista, että toisinaan työpaikkailmoituksiin listataan koviakin vaatimuksia ja ihannetoiveita. Joskus kaikkien vaatimusten ei tarvitse täytyä täsmälleen päästäkseen työhaussa eteenpäin. Työpaikkaa kannattaa siis hakea, jos paikka tuntuu omalta, se kiinnostaa ja itse uskoo pystyvänsä tarjoamaan siihen omaa osaamistaan.

Avoin työhakemus

1 Tee taustatutkimusta työnantajista ja itsestäsi

Aloita avoimen työhakemuksen suunnittelu kirkastamalla ensin itsellesi oma tavoitteesi. Mieti millaista roolia tavoittelet ja millaisista työnantajista olet kiinnostunut. Etsitkö esimerkiksi kesätyöpaikkaa omalta alaltasi tai työnantajaa opinnäytetyöprojektillesi? Etsi ja listaa mahdollisia työnantajia ja hanki niistä lisää tietoa selaamalla eri lähteitä ja kysymällä muilta. Pyri tutustumaan potentiaalisten työnantajien toimintaan ja tavoitteisiin ja pohdi, millaisesta osaamisesta näillä työpaikoilla olisi hyötyä.

3 Kirjoita hakemus kohdistetusti ja myyvästi

Kirjoita avoin hakemus siten, että kerrot millaista työtehtävää tai -tehtäviä olet hakemassa ja miksi olet kiinnostunut juuri kyseisestä työnantajasta. Kerro myös miten kyseinen organisaatio hyötyisi tarjoamastasi osaamisesta. Hakemuksen tarkoitus ei ole toistaa CV:n sisältöä, vaan perustella miksi onnistuisit hyvin hakemissasi tehtävissä, mitä osaamista toisit juuri kyseiseen organisaatioon ja millaisen työntekijän työnantaja sinusta saisi. Mitä kohdistetun tekstin saat luotua, sen parempi. Muista lisätä hakemukseen mukaan yhteystietosi ja toivomuksen päästä keskustelemaan työmahdollisuuksista.



2 Tunnista osaamisesi ja motivaatiosi

Tunnista osaamisesi, joka olisi tarpeellista työnantajalle ja jota voisit käyttää tavoittelemassasi roolissa. Käy läpi kyseisen työnantajan kannalta relevantteja tietojasi, taitojasi ja kokemuksiasi. Jos etsit työtehtävää, josta sinulla ei ole aiempaa kokemusta, mieti mitä sellaista olet aiemmin tehnyt, mikä auttaisi sinua uusien asioiden omaksumisessa ja hakemasi tehtävän haltuunotossa. Kirkasta itsellesi myös, miksi mahdollinen työnantaja ja hakemasi tehtävät kiinnostavat sinua.

4 Lähetä hakemus tilanteeseesi sopivalla tavalla

Päätä millä tavalla lähestyt työnantajaa. Kannattaa tunnistaa, kuka tekee lopullisia päätöksiä rekrytointien suhteen, ja pyrkiä tavoittelemaan tällaisia henkilöitä. Tällaisia henkilöitä voivat esimerkiksi olla rekrytoivat tiiminvetäjät tai hyvin pienissä firmoissa jopa toimitusjohtajat. Jos olet aiemmin tavannut tai keskustellut organisaation edustajan kanssa, voit lähestyä häntä ja kysyä kelle sinun kannattaisi hakemuksesi ohjata. Jos tiedät rekrytoivan henkilön, harkitse saisitko lähetettyä hakemuksesi hänelle suoraan. Esimerkiksi voit ensiksi pyrkiä soittamaan tai lähettämään viestiä sopiville henkilöille ennen hakemuksen lähettämistä tai vaihtoehtoisesti lähettää hakemuksen heille suoraan esimerkiksi sähköpostilla.

Osa organisaatioista käyttää rekrytointijärjestelmiä, jonne on mahdollista lähettää avoimia hakemuksia. Jos olet lähestymässä rekrytointiyhteyttä, jolla olisi tilanteeseesi sopivia työmahdollisuuksia tarjolla, voit avoimen hakemuksen lähettämisen yhteydessä pyrkiä saamaan yhteyden rekrytoijaan, joka saattaisi voida ohjata hakemustasi sopivaan suuntaan. Valitse sinulle ja tilanteeseesi sopivin lähestymistapa! ■

Esimerkkityöhakemus

Kesäharjoittelija EVSolutions Oy

Haen kesäharjoittelijaksi teknisen tuen tiimiin EVSolutions Oy:lle, sillä tehtävä sopii sähkötekniikan opintotaustaani ja osaamiseeni. Tekniikasta ja asiakaskontakteista innostuneena opiskelijana kiinnostuin mahdollisuudesta työskennellä teknisen ongelmanratkaisun parissa asiakasrajapinnassa. Haluaisin nimenomaan EVSolutionsille töihin, sillä sähköautojen latauslaitteiden valmistuksen ja kehityksen toimiala sekä työskentely EVSolutionsin kansainvälisessä työyhteisössä motivoivat minua.

Olisin hyvä valinta tuote- ja teknistä neuvontaa sisältäviin työtehtäviin, sillä olen aina ollut kiinnostunut tekniikasta ja lähipiirissäni olenkin usein se henkilö, jonka puoleen käännytään arkipäivän teknisissä ongelmissa. Aikaisemmissa työtehtävissäni olen saanut selvittää tuotantolaitteiden vikatilanteita ja korjata niitä, minkä takia uskon soveltuvani hyvin teknisen tuen tiimin kesäharjoittelijan tehtävään. Erityisesti minulla on kokemusta teknologiateollisuuden tuotantolaitteiden kunnossapito- ja kehitystehtävistä, jotka vaativat minulta jatkuvaa laitteiden seurainta, data-analyysiä ja varaosien valintaa ja tilausta.

Sopisin tähän tehtävään, jossa pääsee hyödyntämään uusia digitaalisia työkaluja, sillä minulla on hyvät IT-taidot sekä erinomaiset valmiudet ottaa haltuun uusiakin järjestelmiä ja teknologioita. Hallitsen Microsoft Officeen sovellukset hyvin. Olen Excelillä optimoinut ja mitoittanut kurseillani mm. kaukolämpötekniikan järjestelmiä ja työskennellyt käyttäen Matlabia sekä oppinut SQL:n alkeet. Olen suorittanut tietotekniikan kurssit kielillä Python ja C ja minulla on kokemusta CADmatic-ohjelmistosta.

Toimisin tässä työtehtävässä asiakasorientoituneella ja itsenäisellä työotteella. Työhistoriani aikana olen päässyt kohtaamaan erilaisia kuluttaja-asiakkaita ja hoitamaan työtehtäviäni itsenäisesti. Yritysassiakerajapinta kuulostaa kiinnostavalta alueelta, jonka puolelle haluaisin laajentaa osaamistani. Työskentelen sujuvasti sekä suomen että englannin kielellä. Olen suorittanut lukio-opintoni IB-lukiassa ja yliopistotason vaihto-opintoni olen tehnyt Espanjassa. Olenkin erityisen innostunut kansainvälisessä ympäristössä toimimisesta, johon työ EVSolutionsilla antaa hyvän mahdollisuuden.

Minulla on hyvät ryhmätyö- ja vuorovaikutustaidot, ja aiemmissa työtehtävissäni olen tottunut toimimaan yli tiimirajojen. Opin uusia asioita nopeasti ja paneudun työtehtäviini perusteellisesti. Näiden seikkojen sekä taustani takia uskon, että olisin sopiva valinta tähän tehtävään.

Työt pystyn aloittamaan joustavasti kevään aikana, aikaisintaan kuitenkin huhtikuun puolivälissä. Tulisin mielelläni haastatteluun kertomaan itsestäni enemmän ja kuulemaan lisää tästä työtehtävästä.

Ystävällisin terveisin,

Lyyti Loiste
+358 50 123 456
lyyti.loiste@student.uwasa.fi

Tauon paikka!

Opiskelija tai vastavalmistunut, voit tukea jaksamistasi pienillä teoilla. Psykologi Samuli Shintami antaa konkreettisia vinkkejä rajojen vetämiseen, palauttaviin taukoihin ja itsensä johtamiseen.

TEKSTI: KATARIINA RÖNNQVIST
KUVA: RIKU MÄNNISTÖ / HELTTI OY
KUVITUS: OUTI KAINIEMI



Psykologi **Samuli Shintami** työskentelee terveysalan yrityksessä Heltti Oy:ssä.

Onko joku hiljattain kehottanut sinua pitämään tauon? Kehotusta voi olla vaikea ottaa tosissaan, koska kyllähän jokainen taukoilee neuvomattakin. Silti psykologi Samuli Shintami jaksaa jauhaa taukojen hyödyistä.

– Kouluissa ei ole vahingossa välitunteja. Myös aikuisen keskittymiskyky on rajallinen. Jos huomaat vain tuijottavasi tietokoneen ruutua tai ottaneesi kännykän huomaamatta käteesi, tai jos aivosi ovat pelkkää puuroa, on se merkki keskittymisen loppumisesta, hän sanoo.

Shintamin mukaan hyvä tauko tarjoaa aivoille vaihtelua. Olennaista on, että taukotekeminen on hyvin erilaista kuin työ. Jos opiskelet tai työskentelet tietokoneen äärellä, poistu tauolla työpisteeltäsi ja liiku. Jos päiväsi on ollut raskas tai alla on huonosti nukuttu yö, hyvä tauko voi olla kymmenen minuutin lepo sohvalta tekemättä yhtään mitään.

– Hyvä tauko voi olla vain olemista, ulkona käymistä, liikkumista, mutta myös käsillä tekemistä tai vaikka kotitöitä. Parasta olisi, että taukotekeminen olisi jotain kivaa, mitä odottaa.

Huono tauko tapahtuu huomaamatta. Ihminen pitää ”muka-tauon”: vilkaisee sähköpostit, pikaviestit tai puhelimen ilmoitukset. Shintamin mukaan puhelin on hyvä harhauttamaan ja viihdyttämään, mutta somen tai uutisten selaaminen on aivoille työtä.

– On arvokasta opetella, mikä itseä rentouttaa. Tätä voi tarkastella pysähtymällä tauon jälkeen miettimään, onko olo virkistynyt.

1 Pilko tehtävät ja vedä rajoja

Valmistuessaan tekniikan alan opiskelijoista 66 prosentilla on vähintään vuosi oman alan työkokemusta, kertoo TEK Graduate Survey 2022. Jos opiskelee täysipäiväisesti tai työskentelee opintojen ohella, on tärkeää varata kalenteriin myös aikaa, jolloin on vapaa velvoitteista.

– Opiskelu on siitä pirullista, että sen eteen voi aina tehdä jotain. Monet opiskelijat tunnistanevat tilanteen, että on lepäämässä tai viihteellä, mutta takaraivossa naputtaa tuleva deadline. On tärkeää sopia itsensä kanssa selkeät ajat, milloin opiskelee ja milloin on vapaalla, Shintami sanoo.

Rajojen veto vaatii itsensä johtamista ja kuuntelemista. Jos sinun on vaikea rauhoittua tai et jaksaa mitään ja haluat perua kaikki menosi, vedä rajat uusiksi. Arjessasi on silloin liikaa liikuvia osia.

Rajojen vetämiseen auttaa suunnittelu. Shintami kehottaa listaamaan kaikki ne asiat, jotka pitää saada aikaiseksi ja aikatauluttamaan





suunnilleen, milloin ne aikoo tehdä. Mitä isompi ja vaikeampi tehtävä, sitä oleellisempaa on pilkkoa kokonaisuus pienemmiksi osatehtäviksi. Isoa kokonaisuutta on helpompi lykätä ja siihen on vaikeampi tarttua kuin pikkutehtäviin.

Pilkkominen voi olla ajallista: minkä verran aikaa käytät asian edistämiseen minäkin päivänä. Tai pilkkominen voi olla projektimaista: teet ensimmäisen osion tällä viikolla, toisen osion seuraavalla viikolla. Kun luet tenttiin, voit pilkkoa materiaalin sivumääriksi, minkä verran luet minäkin päivänä.

Shintami kehottaa suhtautumaan opiskelun tai työnteon aikatauluttamiseen joustavasti. Jos huomaat haukanneesi liikaa ja tehneesi kalenteriin suunnitelman, joka ei toimi, muuta sitä.

– Yritä olla realistinen. Jos tiedät, että iltapäivisin olet väsynyt, älä ajoita projektin starttia iltapäivään.

Ajoituksen lisäksi myös työskentely-ympäristö kannattaa suunnitella. Ota huomioon aistiärsykkeet, kuten äänet ja valot – kuinka paljon ne kuormittavat sinua? Optimoi. Ääniherkille Shintami suosittelee vastamelukuulokkeita, valoherkät voivat turvautua aurinkolaseihin. Kirjastossa kannattaa valita oma paikka sen mukaan, häiritseekö esimerkiksi ohikulkevat ihmiset.

– Joillekin työn ja vapaa-ajan rajan vetämiseen voi auttaa se, että poistuu kotoa. Vaikka saisi opiskella tai työskennellä etänä, voi olla parempi mennä kirjastoon tai kampuksen tiloihin. Näin kodin rooli vapaa-ajan paikkana vahvistuu.

2 Ota henkinen irtiotto töistä ja opiskelusta

Opiskelijan tai vastavalmistuneen arki voi olla turboahdettua: työn ja opiskelun lisäksi arkeen saattaa kuulua harrastukset, järjestötoiminta, kaverit, seurustelu, urheilu, perhe ja hauskanpito. Jossain välissä pitäisi ehtiä nukkuakin. Miten omat voimavaransa voi mitoitaa niin, ettei ihan uuvu?

– Jokainen tietää peruspalikat: panosta uneen, tee kivoja asioita, syö säännöllisesti, liiku ja näe itsellesi tärkeitä ihmisiä. Ongelma on, että nämä ovat niin yleisiä neuvoja, että niitä on vaikea ottaa tosissaan, Shintami luettelee.

Kun arjessa on paljon asioita, joita pitää tehdä, Shintami kehottaa varaamaan aikaa tasapainoksi niille asioille, joita haluaa tehdä. On tärkeää opetella tekemään ero näiden asioiden välille: mitä pitää ja mitä haluaa tehdä. Itselle mielekkäät asiat ja ihmiset ovat palautumisen kannalta tärkeitä.

– Uni on ykkösasia, mutta myös henkinen irrottautuminen velvoitteista palauttaa. Mieluisan tekemisen tunnistaa siitä, minkälainen olo on tekemisen jälkeen. Koetko, että käytit aikasi hyvin?



Esimerkiksi videopelaaminen on monelle mieluisaa tekemistä, joka vie mukanaan. Shintamin mukaan pelaaminen voi olla palauttavaa, mutta myös kuluttavaa – varsinkin jos peli on vaikea ja vaativa. Silloin on hyvä harkita, kannattaisiko vaikea peli jättää viikonlopuksi eikä yrittää tahkoa sitä läpi täyden työ- tai opiskelupäivän päätteeksi.

– Alkoholilla rentoutuminen on menemistä ojasta allikkoon. Alkoholilla on unen vihollinen ja tehokas palautumisen estäjä, Shintami sanoo.

Kun ihminen innostuu, hän saattaa kerätä itselleen liikaa tekemistä. Omia rajojaan ei välttämättä tunne, ennen kuin ylittää ne.

– Opiskelijat ovat omassa mielessään kuolemattomia. Ihminen ei kuitenkaan pelaa hyvin yhteen kroonisen stressin kanssa. Pysähdy ja mieti arkeasi. Lyhytkestoinen stressi voi nostaa virettä ja saat paljon aikaan, paine voi tuntua jopa hyvältä. On kuitenkin äärimmäisen tärkeää, että kyse on vain intensiivisestä jaksosta. Omien voimavarojen ylittäminen pitkäkestoisesti johtaa uupumiseen.

Uusi podcast luotaa mielen hyvinvointia, rehellisesti

Psykologi Samuli Shintami juontaa uutta hyvinvointiteemaista MielenTEKOja-podcastia opiskelijoille. Podcastin tuottavat Tekniikan akateemiset TEK ja Heltti.

Jaksojen aikana podcastissa vierailee muun muassa somesta tuttu terapeutteille. Aiheita podcastin tekijät kysyvät suoraan opiskelijoilta ja luvassa on asiaa mielenterveydestä, yksinäisyydestä, suorittamisen kulttuurista ja arjessa jaksamisesta.

MielenTEKOja-podcastia voit kuunnella seuraavien alustojen kautta: Spotify, Apple Podcasts ja Google Podcasts.

3 Muutama vinkki työuran alkuun

Uuden työn aloittaminen on Shintamin mukaan älyttömän kuormittavaa. Kuormitusta aiheuttaa esimerkiksi se, että opiskelukavereiden sijaan joutuu aloittamaan verkostojen luomisen ja ihmisiin tutustumisen alusta.

Työkavereilta on kuitenkin helpompi kysyä neuvoa, jos heidät tuntee edes jollain tasolla ja he tuntevat sinut. Nykyisessä hybridityön ajassa Shintami kehottaa käymään toimistolla tai vaikka lounaalla tapaamassa työkavereita kasvokkain.

– Työhyvinvoinnin kannalta on tärkeää kokea kuuluvansa porukkaan. On myös helpompi motivoitua työhön, kun kokee, että sitä tehdään yhdessä.

Toinen uudessa työssä mahdollisesti rasittava tekijä on oman osaamisensa epäileminen. Shintamin mukaan opintojen aikana on henkisesti helpompaa hyväksyä, ettei osaa – sitä on vasta opiskelemassa asioita. Työelämään siirtyessä saattaa kokea, että nyt pitäisi jo osata. Varsinkin, jos ei tiedä, mitä itseltä uudessa työpaikassa odotetaan.

– Tutkinto antaa riittävät pohjatiedot ja työkalut siihen, että on edellytykset oppia uusi työ. Valmistuminen ei ole taikaisku, joka muuttaa opiskelijan osaajaksi. Vaadimme itseltämme helposti liikaa. Kuuluu asiaan, ettei vastavalmistunut vielä osaa työtä, johon hänet on palkattu, Shintami sanoo.

Uutena työntekijänä saattaa haluta osoittaa muille, että oli oikea valinta tehtävään. Tässä on ylikompensoimisen riski: uusi työntekijä tekee liikaa, ei uskalla pitää taukoja taikka kertoa, ettei tiedä tai osaa jotakin.

– Vaikka monella on työkokemusta jo opiskeluaikojen, voi työelämän kovuus silti yllättää. Muista, että olet opettelemassa uutta työtä, etkä osaamassa sitä. Panosta palautumiseen, jotta työ ei valtaa koko arkeasi. Muutakin on kuin työ. ■

Kotikansainvälistyminen on kätesi ulottuvilla

Monet tekniikan alan työnantajat arvostavat, jos työnhakijalla on kansainvälistä osaamista. Sinun ei välttämättä tarvitse lähteä Suomen rajojen ulkopuolelle kerryttääksesi moista osaamista. Listasimme keinoja, joilla voit kotikansainvälistyä eli hankkia kansainvälistä kokemusta kotikampukseltasi.

TEKSTI: TEK URAPALVELUT
KUVA: SUVI-TUULI KANKAANPÄÄ



Tekniikan alalla on lukuisia työtehtäviä, joissa odotetaan kansainvälistä osaamista sekä valmiuksia toimia työyhteisössä, jossa on monen kulttuurin edustajia. Opiskeluvaihe tarjoaa mahdollisuuksia ulkomailta suoritettaviin opintoihin tai työharjoitteluun. Kansainvälistyminen jo opintojen aikana edistää työelämä- ja jatko-opintovalmiuksia, mutta harjoitteluvaihtoon lähtö tai ulkomailta opiskelu ei kuitenkaan onnistu kaikkien elämäntilanteessa. Tällöin kotikansainvälistyminen on toimiva ratkaisu.

Kotikansainvälistyminen on pehmeä tapa ottaa askelia kansainvälisyyteen ja kerätä rohkeutta lähteä tai valmistautua lähtöön ulkomaille töihin tai opiskelujaksoon. Kotikansainvälistymisen avulla voit kuivaharjoitella sitä miltä tuntuisi olla ja asua toisessa maassa ja kulttuurissa. Samalla voit rakentaa itsellesi verkostoa vaikka alasi kansainvälisistä osaajista tai ihmisistä, joiden kanssa sinulla synkkaa. Joskus voi käydä jopa niin, että sielujen sympatia löytyy nopeammin toisen kulttuurin edustajan kanssa kuin oman.

Keinoja kotikansainvälistymiseen

- » Löydät yliopistosi verkkosivuilta tietoja kootusti. Seuraa yliopistosi ja ylioppilaskuntasi tapahtumakalentereita.
- » Tutki mitä kansainvälisiä kursseja ja ohjelmia kampuksellasi on tarjolla. Voit suorittaa kursseja myös etänä ulkomaisista yliopistoista.
- » Tutustu kansainvälisiin opiskelijoihin tai ryhdy tutoriksi kansainvälisille opiskelijoille. Opiskelijat tulevat suorittamaan Suomeen kokonaista tutkintoa tai luku-kaudeksi tai -vuodeksi.
- » Liity kerhoon tai yhdistykseen, jonka toiminta koskee tiettyä maata, maantieteellistä aluetta tai tieteenalaa.
- » Osallistu kertaluontoisiin tapahtumiin, joiden näkökulma on kansainvälinen. Tapahtumia ei ole tarjolla pelkästään kampuksella, vaan myös muiden tahojen järjestämänä.
- » Opiskele kieltä ja tutustu erilaisiin kulttuureihin. Kirjallisuuden tai blogien lukeminen sekä vlogien tai podcastien kuunteleminen tarjoavat mainiota harjoitusta ja kartuttavat sanastoa. Kielitaidossa on monta puolta: luetun ja puhutun ymmärtäminen on hyvä alku, vaikka puhe ei vielä sujuisi.
- » Liity verkkoyhteisöön jonkun harrastuksen tai kiinnostuksen ympärillä: pelit, musiikki, ruoka, valokuvaus, kirjallisuus, historia, matkustaminen, liikunnan eri muodot...

Kotikansainvälistymisen hyödyt

1

Itsetuntemus ja hyvinvointi

- » Kotikansainvälistyminen on lähtölaukaus tutkimusmatkalle omaan itseeseen. Joskus toinen kulttuuri erilaisuudessaan tarjoaa peilin, jonka kautta näkee itsensä entistä tarkemmin ja uusista kulmista.
- » Näin voi tapahtua etenkin, jos oma kaveripiiri on muodostunut kovin samanlaisista ja samanhenkisistä yksilöistä. Omat ääriviivat erottuvat paremmin, kun ympäristön ihmiset eivät ole lähes identtisiä taustaltaan, arvoiltaan ja ajatuksiltaan.
- » Omaa maataan ja kulttuuriaan oppii katsomaan uudesta näkökulmasta. Terve kriittisyys ja kiitollisuus todennäköisesti lisääntyvät. Kriittisyys on oleellista, jos haluaa kehittyä tai kehittää. Kiitollisuuden tunne vahvistaa omaa hyvinvointia ja onnellisuutta.

3

Kielitaito ja ajattelu

- » Kielten ja joskus harvinaisten kielten osaamisesta voi olla apua työnhaussa.
- » Vähäinenkin toisen kielen osaaminen saattaa auttaa kielimuurin yli kiipeämisessä. Vastaanotto toisessa maassa ja kieliympäristössä voi olla pehmeämpi.
- » Kielet ovat sidoksissa kulttuuriin, ajankohdaksiin ilmiöihin ja historiaan. Kielten kautta oppii tietyn maan ajattelun logiikkaa ja arvo maailmaa. Kun tiedät, mikä on toisille tärkeää, on heidän kanssaan sujuvampaa toimia.
- » Työkieli kansainvälisissä yrityksissä on usein tai kokonaan joku muu kuin suomi. Vierias, hieman harvinaisempi kieli saattaa olla erityisen käyttökelpoinen työelämän sosiaalisissa yhteyksissä, vaikka virallinen työkieli olisikin englanti.

2

Toimintatapa ja ajattelu

- » Toisiin kulttuureihin tutustuminen voi yksinkertaisesti olla kiinnostavaa ja ruokkia uteliaisuutta ja ymmärrystä. Laajemmin ajateltuna se tarjoaa mahdollisuuden lisätä perspektiiviä, oppia miten eri tavoin voikaan ajatella tai toimia. Tämä lisää luovuutta.
- » Avarakatseisuuden kasvulle on käyttöä työelämässä, koska maailmassa tehdään töitä ja ratkotaan ongelmia monin tavoin. Tietotyöläisen tärkeä työväline on oma ajattelu, siksi sen kehittäminen ja monipuolisuus on tärkeää.
- » Valmius olla epä mukavuusalueella kasvaa, kun altistaa itsensä tutusta poikkeavalle. Kotikansainvälistyjänä pysyt vielä turvallisella alueella ilman suurta irtiottoa. Voit laajentaa pikkujuttua omaa reviiriäsi kiinnostukseksi ja innostukseksi mukaan.
- » Lopputulos kotikansainvälistymisestä saattaa olla elämänikäinen ammatillinen toveruus tai jopa ystävyys.
- » Suomi kansainvälistyy. Kansainväliselle osaamiselle on käyttöä yhä enemmän, vaikka pysyisi ihan kotimaassa.

Työnantajat usein arvostavat jo opintojen aikana hankittua jonkinlaista kansainvälistymistä. Kotikansainvälistymisellä voit kerätä itsellesi hyödyllistä pääomaa. Työelämä on kansainvälistä, vaikka ei haluaisi ulkomailla työskennellä. Kansainvälisyydeltä ei oikein voi piiloutua; siitä voi ottaa itselleen sopivalla tavalla otteen, ilon ja hyödyn. ■

Vinkki

Kansainvälistymiseen liittyvistä valmiuksista, kokemuksista ja taidoista kannattaa mainita myös työnhakudokumenteissa, kuten CV:ssä ja työhakemuksissa.

Työhaastattelun monet muodot

Työhaastattelu on kahden osapuolen välinen keskustelu, jonka tarkoituksena on antaa työnantajalle tietoa työnhakijan sopivuudesta työtehtävään ja organisaatioon sekä työnhakijalle tietoa hänen oman päätöksentekonsa tueksi työpaikkaa valitessaan.

TEKSTI: TEK URAPALVELUT
KUVITUS: OUTI KAINIEMI

Rekrytointiprosessiin osallistuessaan työnhakija voi saada kutsuja yhteen tai useampaan haastatteluun. Haastattelut voivat vaihdella paljonkin toteutustavoiltaan ja sisällöiltään. Haastattelun sisältö, osallistujat ja haastattelukierrosten määrä riippuu työnantajasta, työtehtävästä ja rekrytointiprosessista. Esimerkiksi kesätyöhaussa, jossa on runsaasti hakijoita, voidaan hyödyntää videovastauskierrosta, jonka perusteella valitaan varsinaiseen työhaastatteluun kutsuttavat hakijat. Rekrytointiprosessien haastattelukäytännöissä on paljon vaihtelua, eikä työhaastatteluissa ole olemassa yhtä ainoaa toimintatapaa.

Jotkut haastattelut voivat olla hyvinkin virallisia, kun taas jotkut muistuttavat enemmän tuttavallista keskustelua. Aina ei ole mahdollista päätellä etukäteen, millainen haastattelu on tulossa. Jonkin verran tulevasta voi päätellä siitä, mitä haastattelusta kerrotaan työnhakijalle. Työnhakija voi myös itse tiedustella, miten haastatteluun kannattaisi valmistautua ja keitä hän siellä mahdollisesti tapaa. Haastattelijat voivat olla työnantajan edustajia, mutta yhtä hyvin haastattelemassa voi olla

henkilöstöpalveluyrityksen tai rekrytointitoimiston konsultti. Haastattelussa työnhakija saattaa siis kohdata rekrytoivan esihenkilön, henkilöstöhallinnon edustajan, rekrytoijan, ulkoisen rekrytointikonsultin, tulevan kollegan tai organisaation muun avainhenkilön.

Useimmiten työnantajat ehdottavat, millä tavoin he haluaisivat työnhakijaa tavata. Joskus työnhakijalta saatetaan tiedustella, sopsiko hänelle tavata etänä vai paikan päällä. Erilaisiin haastatteluvaihtoehtoihin kannattaa tutustua etukäteen ja varautua siihen, että yllätyksiäkin voi tulla vastaan. Seuraavassa on esitelty viisi erilaista työhaastattelun muotoa. >>>



1 Nauhoitettavat videovastaukset

Erityisesti haastattelukierroksien alkuvaiheessa työnhakijoilta saatetaan toivoa nauhoitettavia videovastauksia ennalta päätettyihin haastattelukysymyksiin. Näin tehdään yleensä, kun halutaan tehdä esikarsintaa hakijoista ja tutustua heihin tarkemmin ennen varsinaisiin haastatteluihin kutsumista. Videoiden avulla pyritään samaan kuvaa hakijan persoonasta ja syventämään käsitystä hänen osaamisestaan, motivaatiostaan ja työskentelytyylistään.

Tyypillisesti työnhakija saa vastattavakseen muuttaman kysymyksen, joihin hän tallentaa videovastauksensa annetussa määräajassa. Työnantajat saattavat pyytää videoita sähköpostitse tai käyttää vastauksien keräämiseen erillistä videohaastattelualustaa. Videohaastattelualustoilla hakijan on usein mahdollista nauhoittaa uusintaotoksia vastauksistaan, kunnes hän on valmis lähettämään ne eteenpäin. Videovastauksia käytettäessä saadaan tarjottua useammalle hakijalle mahdollisuus esittäytyä työnantajalle aika- ja paikkariippumattomasti.

Noudata saamiasi ohjeita sekä vastaa siihen mitä kysytään. Vältä ympäröivästä vastauksia, jotka eivät anna sinusta tai osaamisestasi lisää tietoa.

3 Etähaastattelu

Etänä pidettävät haastattelut ovat yleistyneet vauhdilla etätyöskentelyn yleistyttyä ja viestintävälineiden kehittyttyä. Etähaastatteluja käytetään paljon, sillä ne ovat vaivattomia järjestää eivätkä ne ole paikkaan sidottuja. Etähaastattelut muistuttavat paljon paikan päällä pidettäviä haastatteluja sisällöltään, mutta niissä ollaan vuorovaikutuksessa reaaliaikaisesti videoyhteyden välityksellä. Niitä toteutetaan esimerkiksi Teamsin, Zoomin, Google Meetin tai muun videokokoussovelluksen välityksellä. Etähaastattelua varten työnhakija saa tyypillisesti etukäteen sähköpostiinsa kutsulinkin, jonka kautta hän pääsee liittymään videokokoukseen haastatteluajankohdan koittaessa omalta laitteeltaan.

2 Puhelinhaastattelu

Puhelinhaastattelua voidaan usein käyttää niin sanottuna esihaastatteluna eli haastattelujen ensimmäisenä, kartoittavana vaiheena. Rekrytoija saattaa soittaa osalle hakijoista ja kysyä heiltä tarkentavia kysymyksiä, joiden perusteella hän kutsuu hakijoita varsinaiseen haastatteluun. Puhelinsoitto rekrytoijalta voi tulla työnhakijalle yllättäenkin. Puhelu saattaa myös kääntyä haastatteluksi, mikäli rekrytoija kiinnostuu kuulemastaan ja puhelun osapuolilla on aikaa jäädä keskustelemaan.

Puhelinhaastattelun jälkeen voi saada kutsun kasvokkain tapahtuvaan haastatteluun. Aina puhelinsoitto rekrytoijalta ei kuitenkaan tarkoita, että keskustelu muuttuisi haastatteluksi. Joskus rekrytoijat soittavat vain sopiakseen varsinaisesta kasvokkai- sista haastattelusta. Joskus puhelinhaastattelua käytetään, mikäli haastattelujen järjestämisessä on ilmennyt käytännön haasteita tai teknisiä ongelmia.

Varaudu rekrytoijan mahdolliseen soittoon. Panosta selkeään ilmaisuun ja positiiviseen äänensävyyn sekä ole valmis kertomaan lisää hakemuksessasi esittämistäsi asioista.

Testaa etukäteen tekniikan ja etäyhteyden toimivuus ja varmista, että laitteessasi riittää virtaa. Pyri valitsemaan rauhallinen ympäristö, jossa kuvasi on selkeä ja äänesi kuuluu hyvin.

4 Ryhmähaastattelu

Mikäli työnhakijoita on paljon tai työnantajalla on muuten tarve haastatella heitä samanaikaisesti, hakijoita saatetaan kutsua ryhmähaastatteluun. Ryhmähaastattelussa haastattelijan on mahdollisuus havainnoida, miten hakijat toimivat ryhmätilanteissa ja muiden ihmisten kanssa. Ryhmähaastatteluun voi valmistautua kuin muihinkin työhaastatteluihin, mutta on hyvä huomioida, että haastattelutilanteen dynamiikka ja sisältö voivat erota yksilöhaastattelusta melko paljon.

Tyypillisesti työnhakija vastaa ryhmähaastattelussa kysymyksiin omalla vuorollaan. Haastattelutilanteessa hän voi myös osoittaa muiden ihmisten huomiointia ja kuuntelemisen taitoa. Hakija saa myös mahdollisuuden erottua vastauksillaan joukosta. Ryhmähaastattelussa voidaan havainnoida työnhakijoita myös jonkin ryhmätehtävän puitteissa. Tällöin työnhakija saa mahdollisuuden osoittaa ryhmätyöskentelytaitojaan.

Hyödynnä miettimisaika, jonka saat muiden vastausvuorojen aikana. Huomioi, että kuuntelemalla muita saatat saada ajatuksia omaankin vastaukseesi. Ole ryhmätilanteessa kuitenkin oma itsesi ja vältä matkimista muiden vastauksia.

Kysyttiinkö työhaastattelussa suosittelijoistasi? Katso Työkirjan verkkosivuilta vinkit suosittelijoiden hyödyntämiseen työhaastattelussa.

Miten voit valmistautua työhaastatteluun? Hyödynnä Työkirjan verkkosivujen vinkit ja harjoittele vastauksiasi työhaastattelupelin avulla.

→ www.tek.fi/tyokirja

5 Työhaastattelu paikan päällä

Paikan päällä pidettävä työhaastattelu on perinteisin työhaastattelun muoto. Tyypillisesti työhaastattelu pidetään työnantajan tai rekrytointia hoitavan yrityksen tiloissa. Haastattelu voidaan pitää haetavasta tehtävästä riippuen myös muussa haastattelulle sopivaksi katsotussa tilassa. Paikan päällä tapahtuva haastattelu mahdollistaa monipuolisimman viestinnän ja tarjoaa mahdollisuuden tutustua ympäristöön ja ihmisiin kasvokkain.

Joskus haastatteluissa työnhakijan toimintaa saatetaan havainnoida tyypillisen työtehtävän parissa esimerkiksi toteuttamalla työnäyte tai case-tehtävän ratkaiseminen. Mikäli työhaastattelu pidetään työnantajan tiloissa, haastattelun yhteydessä saat- taan päästä tutustumaan työympäristöön ja tapamaan työyhteisön tai tiimin jäseniä. ■

Käytä ilmaisussasi sinulle ominaisia eleitä ja kehonkieltä. Rakenna yhteyttä haastattelijan kanssa kevyesti jutustellen myös ennen tai jälkeen varsinaisen haastattelun, mikäli siihen tarjoutuu mahdollisuus.

Palkkasuosituksset

TEKSTI: TEKIN PALKKANEUVONTA JA YTN: PARANNA PALKKAASI -OPAS

Tekniikan akateemiset tutkii ja tilastoi ammattikunnan palkkoja ja niiden kehitystä. TEKin vuosittain julkaisemat palkkasuosituksset perustuvat tutkimustietoon. Suosituksia annetaan työuran eri vaiheisiin, ja ne koskevat harjoittelupalkkaa, tutkielmapalkkaa (diplomityö tai pro gradu) sekä valmistuneiden alkupalkkaa.

Harjoittelupalkka

TEK julkaisee opiskelijoiden harjoittelupalkkasuosituksset vuosittain. Suositukset koskevat omaan opiskelualaani liittyvää opintojen aikaista työtä. Suositukset perustuvat TEKin opiskelijatutkimuksessa opiskelijajäsenten antamiin tietoihin harjoittelusta, kesätöistä ja opintojen aikana tehdystä työstä saadusta palkasta. Lisäksi suosituksiin vaikuttavat ennusteet palkkatason muutoksista.

Harjoittelupalkkasuositus toimii hyvänä lähtökohdaksi palkkapyynnölle oman alan opintojen aikaisiin työtehtäviin. Huomioithan palkkatoivetta määrittellessäsi myös työtehtävän vaativuuden sekä oman osaamisesi ja aikaisemman työkokemuksesi.

Diplomityö ja pro gradu

Syventävien opintojen tutkielma tehdään usein työsuhteessa, ja tutkielman tekemiseen liittyviin työtehtäviin annetaan erillinen palkkasuositus. Huomaathan, että mikäli hoidat lopputyösi ohella myös muita työtehtäviä, ne on hyvä ottaa huomioon palkkaa nostavana tekijänä.

Alkupalkka

Suositus alkupalkasta perustuu TEK Graduate Surveyn tietoihin vastavalmistuneiden palkoista. Alkupalkkasuositus on asetettu toteutunutta keskipalkkaa hieman korkeammalle tasolle, koska TEKin tavoitteena on edistää jäsenten palkkakehitystä. Alkupalkkasuositusta asetettaessa otetaan huomioon myös ennuste tulevasta suhdanne- ja palkkakehityksestä.

Palkkasuositus on tarkoitettu koulutusta vastaaviin asiantuntijatehtäviin äskettäin valmistuneilla, joilla ei vielä ole vahvaa työkokemusta oman alan tehtävistä. Alkupalkat ovat korkeampia erityisen vaativissa tehtävissä sekä valmistuneilla, joilla on jo paljon työkokemusta. Myös kyseessä oleva ala, yritys tai alue voivat vaikuttaa alkupalkan tasoon.

Voit hyödyntää alkupalkkasuositusta lähtökohdaksi, johon vertaat omaa palkkatoivettasi sekä osaamistasi ja kokemustasi. Pohdi, mikä sinun tilanteessasi tehtävän vaatimuksiin nähden olisi palkka, johon voit olla tyytyväinen. Muista selvittää palkkaneuvottelussa myös työnantajan mahdollisesti tarjoamat muut edut. ■

TEKin ajankohtaiset palkkasuosituksset löydät TEKin verkkosivuilta:

→ www.tek.fi/fi/palvelut-ja-edut/opiskelija/opiskelijoiden-palkkasuosituksset

TEKin opiskelijajäsenenä voit myös hyödyntää kirjautumisen takana olevaa Palkkanosturia:

→ www.tek.fi/fi/palvelut-ja-edut/palkka/palkkanosturi

Palkkaneuvottelut

TEKSTI: TEKIN PALKKANEUVONTA JA YTN: PARANNA PALKKAASI -OPAS

KUVA: SUVI-TUULI KANKAANPÄÄ

Työnhakijaa pyydetään tavallisesti ilmoittamaan palkkatoiveensa jo hakuvaiheessa. Palkkatoive toimi yleensä lähtökohdaksi palkasta neuvottelemiseen. Yrityksellä saattaa olla mielessä valmis palkkaraami, johon opiskelijan palkka asetuu. Julkisella sektorilla on usein käytössä palkkausjärjestelmä ja ennalta sovitut kriteerit, joiden mukaan palkka määräytyy.

Moni kokenutkin työnhakija voi kokea palkkapyynnön määrittämisen vaikeaksi. TEKin palkkasuosituksen tarkoituksena onkin auttaa opiskelijaa ja vastavalmistunutta palkkapyynnön pohtimisessa, muotoilussa ja perustelemisessa.

Lopullinen palkka sovitaan työsuhteen aikana palkkakehitykseen vaikuttavat työehtosopimusneuvotteluissa sovitut yleiskorotukset sekä mahdolliset henkilökohtaiset palkankorotukset. Henkilökohtaiset korotukset perustuvat yleensä työtehtävässä suoriutumiseen, osaamisen kehittymiseen sekä yleiseen urakehitykseen. Henkilökohtaiset palkankorotukset jokainen neuvottelee itse.

Valmistautuminen palkkaneuvotteluun

- » Selvitä, onko työnantajalla käytössä jokin palkkausjärjestelmä vai perustuuko tehtävän palkkaus työehtosopimukseen. Voit myös selvittää, keneltä palkkausjärjestelmästä voi kysyä lisätietoa. Tutustu palkkausta koskevaan tietoon mahdollisimman hyvin. TEKin jäsenenä saat tarvittaessa apua palkka-asioiden tulkintaan.
- » Analysoi omat työtehtäväsi ja niiden vaativuus huolella.
- » Harjoittele neuvottelua joko mielessäsi tai jonkun muun kanssa.
- » Pohdi perustelujasi huolellisesti etukäteen ja harjoittele niiden kertomista. Pyri pohtimaan etukäteen myös vastapuolen argumentteja.

Palkkaneuvottelun aikana

- » Esitä kysyttäessä palkkatoiveesi ja omat perustelusi sille. Voit perustella toivetta omalla osaamisellasi tai aiemmalla kokemuksellasi.
- » Painota tehtävän vaativuuden elementtejä sekä osaamista, kehittämispotentiaalia, tuloksia, motivaatiota ja sitoutumista.
- » Korosta taitojasi ja osaamistasi, joista organisaatio hyötyy.
- » Käytä perusteluissasi mahdollisuuksien mukaan työnantajan omia käsitteitä. >>>





Oman osaamisen tunnistaminen, kun valmistaudut palkkaneuvotteluihin

Tehtävä

- » Analysoi jokainen työtehtävä tai projekti erikseen.

Vastuu

- » Mitä henkilökohtaisia vastuita sinulla on ollut aiemmissa työtehtävissä?

- » Mistä olet vastannut yhdessä muiden kanssa esim. työparina tai tiiminä?

Saavutukset

- » Miten olet pärjännyt aiemmissa tehtävissä tai opinnoissa? Mitä konkreettista olet saanut aikaan?

- » Millaista palautetta olet saanut esihenkilöiltä, kollegoilta, asiakkailta tai muilta sidosryhmiltä?

Osaaminen

- » Mitä osaamista sinulle on kertynyt työssä ja opinnoissa?

- » Mitä juuri tässä tehtävässä tarvittavaa osaamista sinulla on?

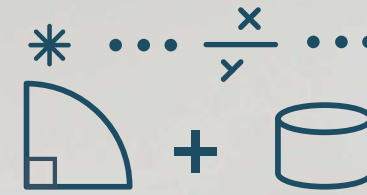
Vahvuudet

- » Mitä ammatillisia ja henkilökohtaisia vahvuuksia sinulla on?

Kehittyminen

- » Miten kuvaisit kykyäsi oppia ja kehittyä?

- » Mitä hyötyä siitä on työtehtävissäsi?



Tämän Työkirjan sinulle tarjoaa TEK

Autamme sinua menestyksekkään uran luomisessa, tuemme osaamisen kehittämisessä sekä hyvinvoinnin ja jaksamisen vaalimisessa. Jäsenenä saat muun muassa palkkasuosituksia, työsuhdeneuvontaa, huippupuhujien webinaareja, yrittäjäneuvontaa, verkkovalmennuksia, tekniikan alan lehtiä sekä etuja pankkilainasta mökkeilyyn. Neuvottelemme työehdoistasi ja teemme vaikuttamistyötä paremman työelämän sekä kestävämmän maailman puolesta.

Tekniikan akateemiset TEK on noin 80 000 tekniikan, arkkitehtuurin ja matemaattis-luonnontieteellisten alojen yliopisto-opiskelijoiden sekä alalta valmistuneiden ammattijärjestö. TEKin jäsenyys on opiskelijalle maksuton.

www.tek.fi/opiskelijat

Työsopimus ja työtodistus

TEKSTI: RINA KNAPE JA MUUT TEKIN JURISTIT
KUVA: SUVI-TUULI KANKAANPÄÄ

1

Tee aina kirjallinen työsopimus

Kirjallinen työsopimus kannattaa tehdä jo ennen työsuhteen alkamista. Lue työsopimus huolellisesti ja tarvittaessa pyydä tarkennuksia epäselviin kohtiin. Suullinenkin työsopimus on sitova, mutta kirjallinen työsopimus mahdollistaa sovittujen asioiden varmentamisen myös riitatilanteissa.

2

Neuvottele sopimuksen ehdoista

Työsopimus tehdään aina kahden osapuolen välille, joten sen ehdoista voi myös neuvotella. Jos sopimuksessa on ehtoja, joihin kaipaat muutosta, kannattaa neuvottelussa keskittyä korkeintaan muutamaan itsellesi tärkeään asiaan. Mieti valmiiksi reaktiosi, jos ehdotuksesi eivät mene läpi.

Sopimuksen ehdoista kannattaa neuvotella ennen työsuhteen alkua. TEKin jäsenenä voit tarkastuttaa työsopimuksesi lakimiehellä, jotta saat varmuuden ymmärtäväsi sen ehdot oikein.

3 Asiat, joita työsopimuksen tulisi sisältää

Vaikka työsuhteet ovat erilaisia, tulisi kaikissa työsopimuksissa olla ainakin seuraavat asiat:

- » Työnantajan ja työntekijän koti- tai liikepaikka.
- » Työnteon alkamisajankohta.
- » Määräaikaisessa työsopimuksessa määräaikaisuuden peruste ja sopimuksen päättämisaika.
 - Päättämisaika voi olla myös arvoitu tai liitetty esimerkiksi jonkin projektin loppuunsaattamiseen. Määräaikainen työsuhde edellyttää perustetta, kuten esimerkiksi "sijaisuus".
- » Koeaika ja sen pituus.
 - Työsopimuslain mukaan koeaika saa olla enintään kuuden kuukauden mittainen ja määräaikaisessa työsopimuksessa korkeintaan puolet työsuhteen kestosta.
- » Työntekopaikka.
 - Työntekopaikka on tärkeä merkitä esimerkiksi matkakorvausten maksamista varten. Parasta olisi, että työpaikaksi määritellään toimipisteen osoite tai kaupunki, eikä esimerkiksi koko Suomea.
- » Työntekijän pääasialliset työtehtävät.
 - Jos tarve vaatii, voidaan työtehtäviä kuvailla tarkemmin myös erillisellä liitteellä.
- » Työhön sovellettava työehtosopimus.
 - Työlainsäädäntöä noudatetaan kaikissa työsuhteissa, mutta sen lisäksi työmarkkinajärjestöt ovat solmineet useita alakohtaisia työehtosopimuksia, joilla voidaan poiketa myös lain määräyksistä.
- » Palkan ja muun vastikkeen määräytymisen perusteet sekä palkanmaksukausi.
- » Säännöllinen työaika.
- » Vuosiloman määräytyminen.
 - Aloittaessasi uuden työn sinulla ei ole lomakertymää. Tämä onkin kohta, mistä voi yrittää neuvotella ja varmistaa itselleen jonkinlainen loma myös ensimmäiselle työskentelyvuodelle.
- » Irtisanomisaika tai sen määräytymisen peruste.
 - Irtisanomisajasta voidaan sopia osapuolten välillä, kunhan irtisanomisaika on korkeintaan kuusi kuukautta, eikä työntekijän noudatettava irtisanomisaika ole pidempi kuin työnantajan. Työsopimuslaissa on säännös yleisistä irtisanomisajoista, joka on sitova, ellei toisin ole sovittu. Yleistä on viitata työsopimuksella suoraan työsopimuslain tai alalla noudatettavan työehtosopimuksen säännökseen irtisanomisajoista.

»» Näiden lisäksi työsopimuksella voidaan sopia myös monista muista työsuhteeseen vaikuttavista asioista. ▲

4

Huomioi, että työsopimus saattaa sisältää muitakin ehtoja

Työsopimuksen jotkin osat saattavat vaikuttaa työsuhteen jälkeenkin. Kilpailunkielto- ja salassapitoehdot ulottuvat usein myös aikaan irtisanomisajan jälkeen. Ole tarkkana, sillä kilpailukieltoehto voi pahimmillaan vaikeuttaa työpaikan vaihtamista. Mieti tarkkaan, mihin olet valmis sitoutumaan.

Ollessasi työtehtävissä, jossa työhösi kuuluu tekijänoikeudellisten teosten tai immateriaalisten teosten kanssa työskentelyä, on tärkeää tarkistaa mitä näistä asioista on sovittu.

5

Muista pyytää työtodistus

Pyydä aina työsuhteen jälkeen työtodistus. Todistuksen avulla voi osoittaa työkokemuksensa seuraavien työnhakujen yhteydessä. Työntekijä saa päättää, kuinka laajasisältöisen työtodistuksen haluaa. Laaja työtodistus sisältää suppean työtodistuksen tiedot työsuhteen kestosta ja työtehtävien laadusta, mutta lisäksi myös työsuhteen päättymissyyn sekä arvion työntekijän työtaidoista ja käytöksestä. Työnantajalla on velvollisuus antaa työtodistus 10 vuoden ajan työsuhteen päättymisen jälkeen. ■

PÄÄTÄ JÄRJELLÄ JA TUNTEELLA
- kokokassa.fi

Opiskelija,
kuulutko jo
työttömyyskassa
KOKOon?

**KOKOsta saat
enemmän rahaa kuin
Kelasta, jos jäät joskus
työttömäksi.**



Voit liittyä työttömyyskassaan silloin, kun olet töissä - Liity siis heti, kun olet esim. kesätöissä

**Liity
KOKOon**



63 €/v

P.s. Katso, paljonko sinulle maksettaisiin:
kokokassa.fi/paivarahalaskuri/

Lue lisää:
kokokassa.fi/edellytykset-
ansiopaivarahalle

Yliopistojen työelämä- ja urapalvelut

Oman yliopistosi työelämä- ja urapalvelut tarjoavat sinulle tukea työnhakuun sekä urasuunnitteluun. Urapalvelut järjestävät tapahtumia ja koulutuksia sekä tarjoavat uraohjausta. Ne julkaisevat portaaleissaan opiskelijoille suunnattuja työ- ja harjoittelupaikkoja.

Aalto-yliopisto, Career Design Lab

- » careerdesignlab.aalto.fi
- » careerdesignlab@aalto.fi

Oulun yliopisto, University Career Centre

- » oulu.fi/fi/tyoelamaan
- » career@oulu.fi

Helsingin yliopisto, Urapalvelut

- » studies.helsinki.fi/ohjeet/tyo-ja-ura
- » careerguidance@helsinki.fi

Tampereen yliopisto, Urapalvelut

- » tuni.fi/urasuunnittelu
- » uraohjaus.tau@tuni.fi

Itä-Suomen yliopisto, Urapalvelut

- » kamu.uef.fi/urapalvelut
- » urapalvelut@uef.fi

Turun yliopisto, Rekry

- » utu.fi/rekry
- » rekry@utu.fi

Jyväskylän yliopisto, Työelämäpalvelut

- » jyu.fi/tep
- » rekry@jyu.fi

Vaasan yliopisto, Urapalvelut

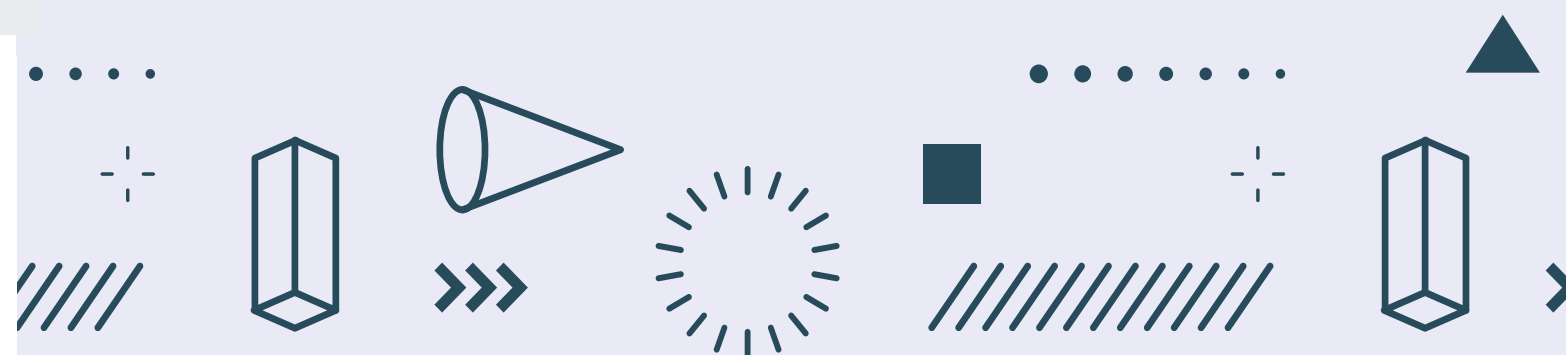
- » jolla.uwasa.fi
- » urapalvelut@uwasa.fi

LUT-yliopisto, LUT & LAB Urapalvelut

- » lut.jobteaser.com
- » careerservices@lut.fi

Åbo Akademi, Arbetsforum

- » abo.fi/arbetsforum
- » arbetsforum@abo.fi



*Työkirjan suomenkielinen
osio päättyy tähän!*

