



Ammatillisen suunnitelman laatiminen

- **Mieti mikä sinua kiinnostaa ja mikä on tärkeää?**
Mitä harrastat ja mihin käytät mieluiten vapaa-aikaasi?
Tehtäviä omien kiinnostuksen kohteiden kartoittamiseen:
www.te-palvelut.fi > Ammatinvalinta ja koulutus > Ammat-
tia tai koulutusta valitsemassa. Tutustu myös Avo-amma-
tinvalintaohjelmaan: www.mol.fi/avo/
- **Kartoita taitojasi ja kykyjäsi.**
Mieti koulumenestystäsi, mikä oli helppoa, mikä vaikeaa?
Mitä taitoja harrastuksesi tuovat, omaatko erityistaitoja?
Tehtäviä taitojen kartoittamiseen: www.avosto.net/a-ura/ >
tehtäväpankki: Taitoinventaari, Resurssianalyysi
- **Pohdi luonteenpiirteitäsi.**
Oletko esimerkiksi johtava vai mukautuva, seurallinen vai
yksin viihtyvä, tarkka vai suurpiirteinen, rento vai jännittynyt,
perinteinen vai kokeilunhaluinen.
- **Listaa koulutuksesi ja työkokemuksesi.**
Etsi todistukset. Mieti kokemuksiasi työstä ja koulutuksista;
listaa plussat ja miinukset.
- **Mieti minkälainen työ sopii elämäntilanteeseesi.**
Ota huomioon esim. perhetilanne, opintojen rahoitus, muuttoval-
mius, mahdollisuus vuorotyöhön.
- **Huomioi terveydentilasi.**
Terveydentila voi vaikuttaa ammatinvalintaan jos sinulla on esim.
allergioita, astmaa, tuki- ja liikuntaelinsairauksia, mielenterveys-
ongelmia tai epilepsiaa. (Ammatinvaihto terveydellisistä syistä:
ota yhteys Kelaan tai Työeläkelaitokseesi)
- **Selvitä sinua kiinnostavien alojen työllisyys-
tilanne.**
Työmarkkinat antavat raamin valinnallesi. Katso työllisyyskat-
saukset ja ammattibarometrit alueittain: [www.ely-kes-
kus.fi/web/ely/tyollisyyskatsaukset](http://www.ely-kes-
kus.fi/web/ely/tyollisyyskatsaukset) ja www.foreammatti.fi.
- **Hanki tietoa ammateista ja koulutuksista.**
Hyviä linkkejä on muun muassa: www.opintopolku.fi, [www.ammatt-
netti.fi](http://www.ammatt-
netti.fi). Tietoa saat myös TE-toimistojen koulutus-
neuvonnasta p. 0295 020702, koulutusneuvonta [a] te-toimisto.fi

Huom. Laittaessasi sähköpostia, laitathan [a] -merkin tilalle @-merkin,
jotta posti menee perille.