

OMIEN VAHVUUKSIEN TUNNISTAMINEN

Työhaussa hyvä itsetuntemus on tärkein vahvuutesi. Kun olet huolella kartoittanut arvosi, vahvuutesi, kyvykkyytesi, osaamisesi sekä mielenkiinnon kohteesi, on kaikki työhaussa helpompaa. Omien vahvuuksien tunnistaminen ja sanoittaminen on työhaun perusta ja kivijalka. Omien vahvuuksien tunnistamisessa voivat auttaa:



1. Oman historian ja toimintatyylin reflektointi:

- Onnistumiset ja aikaansaannokset:
Missä olet kokenut onnistuneesi hyvin ja olleesi vahvoilla? Mistä aikaansaannoksistasi olet erityisen ylpeä?
- Tekemisen helppous ja sujuvuus:
Mitkä asiat ja tehtävät tuntuvat sinulta sujuvan vaivattomammin kuin muilta? Minkä äärellä olet kokenut flow´ta eli uppoutunut täysin tekemiseen niin, että aika ja paikka on kadonnut?

2. Erilaiset itsetuntemusta vahvistavat testit ja kartoitukset:

(Huomaathan, että tällaisten testien tulokset eivät ole lopullisia totuuksia sinusta, mutta parhaimmillaan ne voivat auttaa sinua ymmärtämään omaa persoonaasi, temperamenttiasi, toimintatapojasi jne.)

- VIA-vahvuustesti: <https://www.viacharacter.org/survey/account/register>
- 16 persoonaa: <https://www.16personalities.com/fi>
- Duunitorin tyyppitesti: <https://duunitori.fi/tyyppitesti/>
- Tunnista tyyppi: <http://tunnistatyyppi.fi/>
- Enneagrammi: <https://www.evermind.fi/enneagrammitesti/>

3. Muilta saatu suora tai epäsuora palaute:

- Mistä sinua on keuhuttu?
- Mistä olet saanut erityistä kiitosta esim. esimieheltä, opettajalta, kollegalta tai ystävältä?
- Missä asioissa sinulta pyydetään usein neuvoa tai apua?
- Haastattele läheisiäsi ja pyydä heitä kuvaamaan sinua vaikkapa kymmenellä sanalla tai kertomaan, mitkä ovat sinun parhaat vahvuutesi, osaamisesi ja minkälaisen tehtävien äärellä sinä loistat.

4. Adjektiivilista: valitse sinua parhaimmin kuvaavat sanat:

ahkera, aktiivinen, analyttinen, antelias, ammattitaitoinen, asiallinen, asiakaslähtöinen, avoin, avulias, empaattinen, energinen, epäitsekkäs, hauska, herkkä, huomaavainen, ihmisläheinen, iloinen, innokas, innovatiivinen, itsenäinen, itsevarma, järkevä, karismaattinen, kiltti, kohtelias, kärsivällinen, käytännöllinen, lahjakas, lapsirakas, luova, maanläheinen, menestynyt, menevä, mielikuvituksekas, miellyttävä, nokkela, periksiantamaton, persoonallinen, pirteä, positiivinen, puhelias, ratkaisukeskeinen, rauhallinen, realistinen, rehellinen, reilu, rohkea, seurallinen, sisukas, sopeutuvainen, spontaani, suorapuheinen, suvaitsevainen, syvälinen, sähkökkä, säästäväinen, tahdikas, tarkka, tehokas, tervehenkinen, terävä, toimelias, tuloshakuinen, turvallinen, täsmällinen, ulospäinsuuntautunut, urheilullinen, uskollinen, vakaa, valovoimainen, vastuuntuntoinen, viisas, ystävällinen, älykäs