

URA-ANKKURISI

Arvot toimivat ankkureina – ne pitävät sinut oikealla kurssilla, vaikka elämässä kohtaisitkin muutoksia. Sinulle tärkeät arvot toimivat myös ankkureina urallasi. Ura-ankkurit ovat pitkäaikaisia, suhteellisen pysyviä motiiveja ja tarpeita, jotka ohjaavat uravalintojasi ja vaikuttavat siihen, mikä saa sinut tuntemaan tyytyväisyyttä työssäsi.

1. Omien arvojen tunnistaminen

- Mitkä ovat tärkeimmät arvosi?

2. Arvojen kirkastaminen kirjoittamalla

- Mitä huomioista teit ihmissuhteista?
- Mitä huomioita teit vapaa-ajasta?
- Mitä huomioita teit työstä ja opiskelusta?
- Mitä huomioita teit henkilökohtaisesta kasvusta ja terveydestä?

3. Mitkä ovat kolme tärkeintä ura-ankkuriasi?

- Miten ne ovat näyttäytyneet tai toteutuneet tähänastisella työuralla?
- Miten haluaisit, että sinulle tärkeät arvot näkyisivät tulevaisuudessa urallasi?



Lue lisää Metropolian Ura- ja työnhakuoppaasta QR-koodin takaa.