



Tulevaisuuden urapolut -valmennus

Tulevaisuus orientaatio uraohjauksessa -työpaja 22.5.2013

Tulevaisuuden muistelu

Tulevaisuuden muistelu on ratkaisukeskeinen kehittämistyökalu, jossa keskitytään tulevaisuuteen, voimavaroihin ja valintoihin. Tulevaisuuden muistelussa kuvitellaan millainen oma elämä on jossakin kohtaa tulevaisuudessa. Muistelu voidaan tehdä kirjallisesti. Muistelun avulla voidaan tunnistaa tavoitteita, niiden esteitä sekä keinoja ja voimavaroja esteiden ylittämiseksi.

Tulevaisuuden muistelu opiskelijoiden kanssa

Opiskelijoiden kanssa tulevaisuuden muistelua voi hyödyntää tulevaisuuden suunnitelmien pohtimisessa sekä niiden saavuttamiseen tarvittavien toimenpiteiden konkretisoimisessa. Menetelmää voi käyttää niin yksilöohjauksessa kuin ryhmissäkin.

Opiskelijat ohjataan kuvailemaan haaveilemaansa tulevaisuutta esimerkiksi viiden tai kymmenen vuoden päästä (kannattaa miettiä, kuinka pitkä ajanjakso on paras missäkin tapauksessa). Oman tulevaisuutensa voi kuvata esimerkiksi sanoin, piirroksin tai askartelemalla. Jos opiskelijaryhmä on avoin luoville menetelmille, niitä kannattaa ehdottomasti hyödyntää. Kun toiveet omasta tulevaisuudesta on kuvattu, mietitään konkreettisia toimenpiteitä ja tekoja, jotta täytyy toteuttaa, jotta tuo haaveiltu tulevaisuus saavutetaan. Tässä pohdinnassa ryhmän ja/tai ohjaajan tuki on tärkeää. Valitut toimenpiteet ja teot kirjataan opiskelijalle muistilistaksi ylös.

Tulevaisuuden muistelu työpajassa

1. Mieti yksin tai parin kanssa, miltä nykyinen työnne näyttää 20 vuoden kuluttua vuonna 2033. Visiot tulevaisuudesta saavat olla rohkeita, luovia ja innovatiivisia.
2. Visualisoikaa kuvaus työstänne vuonna 2033 paperille joko sanoin tai kuvin. Ilmaisutapa on vapaa, ja luovuutta saa halutessaan käyttää.
3. Kun kuvauksenne on valmis, miettikää yksin tai parin kanssa, mitä tietoja, taitoja ja osaamista tarvitsette, jotta pärjätte työssänne hyvin myös tulevaisuudessa.
4. Kootkaa toimenpidelistä tehtävistä, jotka teidän on suoritettava tulevaisuuden työssänne pärjäämistä silmällä pitäen.
5. Jos aikaa jää, esitelkää visioitanne ja toimenpidelistojanne muille tulevaisuuden muistelijaille.