

Mina tuleviku ametite loojana

Meetodi eesmärk

Aidata osalejal loovalt uurida tuleviku töömaailma ning kujundada uusi võimalikke ameteid, mis lähtuvad ühiskonna, tehnoloogia ja tööturu muutustest. Meetod aitab arendada tuleviku mõtlemist, eneseanalüüsi ja karjäärivalikute avardamist.

Oodatav tulemus

- Osaleja loob ühe tulevikuameti idee, kirjeldab selle sisu, vajalikke oskusi ja tähendust.
- Osaleja oskab paremini seostada oma huvisid ja tugevusi võimalike tulevikusuundadega.

Sihtgrupp, osalejate arv

Individuaalne

Vajalikud vahendid

- Mobiiltelefon või arvuti

Protsessi kirjeldus

1. Juhendaja palub osalejal võtta rahulik hetk, sulgeda silmad ning kujutleda end 5-10 aasta pärast töötamas oma unistuste ametis. Juhendab osalejat märkama oma tööpäeva, töökeskkonda, tegevusi ja enesetunnet ning pöörama tähelepanu mõtetele, soovidele ja eesmärkidele, mis esile kerkivad.
2. Osaleja sulgeb silmad ja kujutleb end töötamas oma unistuste ametis. Ta vaatleb vaimusilmas oma tööpäeva, töökeskkonda ja enesetunnet ning märkab, millised mõtted, soovid ja eesmärgid temas esile kerkivad. Kujutlusrännak aitab kliendil luua emotsionaalse ja visuaalse ühenduse oma võimaliku tulevikuga.
3. Juhendaja esitab küsimusi, mis aitavad visualiseeritud tulevikupilti täpsemalt lahti mõtestada:
 - Milline näeb välja sinu tuleviku töökeskkond ja kuidas sa end seal tunned?
 - Milliseid töövahendeid, tehnoloogiaid või oskusi kasutad?
 - Mis on sinu töö eesmärk ja missioon ning keda sa oma tööga aidad?

- Mis võiks olla sinu tulevase rolli või ameti nimi?
- Milline nõuanne või julgustus aitaks sul selle tuleviku poole liikuda?

Küsimused aitavad kliendil sõnastada oma väärtusi, huvisid, tugevusi ja võimalikke karjäärisuundi.

4. Osaleja vastab küsimustele ning sõnastab oma mõtteid, väärtusi, huvisid, tugevusi ja võimalikke karjäärisuundi.
5. Juhendaja sisestab osaleja vastused tehisintellekti tööriista või juhendab osalejat seda tegema ning algatab visuaalsete kujutiste loomise.
6. TI loob kliendi vastuste põhjal tema kujutised tema võimalikust tulevikutööst ja -elust. Visualiseeritud pildid aitavad muuta tulevikunägemuse konkreetsemaks, inspireerivamaks ja emotsionaalselt tajutavamaks. See toetab kliendi motivatsiooni, eneseusu kujunemist ja teadlikumat karjääriplaneerimist.
7. Osaleja tutvub TI loodud visuaalidega, mis kujutavad tema võimalikku tulevikutööd ja -elu.
8. Juhendaja suunab osalejat märkama kuidas visualiseeritud tulevikupildid muudavad tema nägemuse konkreetsemaks, inspireerivamaks ja emotsionaalselt tajutavamaks.
9. Osaleja vaatleb loodud visuaale ning mõtestab nende seost oma soovide, eesmärkide ja karjäärivõimalustega.
10. Juhendaja algatab arutelu tekkinud mõtete, emotsioonide ja avastuste üle ning suunab osalejat reflekteerima nähtud tulevikupilti:
 - Millised tulevikupildis nähtud elemendid tundusid kõige tähenduslikumad?
11. Osaleja jagab oma tähelepanekuid TI loodud visuaali osas ja toob välja, millised tulevikupildis nähtud elemendid tundusid talle kõige tähenduslikumad.
12. Juhendaja suunab osalejat mõtlema järgmistele sammudele:
 - Milliseid väikeseidsamme saab juba täna teha, et soovitud tuleviku poole liikuda?
13. Osaleja sõnastab ühe või mitu väikest ja realistlikku tegevust, mida ta saab juba täna teha, et soovitud tuleviku poole liikuda.

Meetodi allikas

<https://future-career-explorer.replit.app/>

KCM+ | I, the inventor of future professions



Meetodi töö Sloveenia õpirändelt kaasa

Monika Sutrop

monika.sutrop@taltech.ee