

Värderingar

I den här övningen får du chansen att utforska dina tankar om, idéer kring och perspektiv på jobb.

Mål

strukturera dina tankar och idéer kring jobb samt att stimulera till nya tankar om ditt framtida jobb.

Detta lär du dig

Genom att reflektera kring övningens frågor lär du dig att utforska dina värderingar kring jobb.

Tidsåtgång

20–30 minuter.

Övningen

I den här övningen kommer du utforska din inre (och yttre) jobbvärd. Detta gör du genom att reflektera kring frågorna i övningen. Anteckna dina svar. Anteckningarna kan du sedan ta med dig som underlag till ett samtal med en studie- och yrkesvägledare (för fortsatt utforskande av vad som är viktigt för dig för att du ska trivas med ditt jobb).

Övningen kan du även göra tillsammans med en annan person. Be personen att intervjua dig. Hen får gärna ställa följdfrågor. Be även personen föra anteckningar och sammanfatta vad du berättar under intervjun.

Lycka till!

Besvara nedanstående frågor

1. Vilket/vilka jobb har du haft?
2. Vad var det du tyckte om med det här/dessa jobb?
3. Vad tyckte du mindre om med det här/dessa jobb?
4. Ett yrke du ville bli som barn/yngre ?
5. Varför ville du jobba med detta?
6. Ett yrke du funderat på men inte provat ?
7. Vad är det som gör att det här jobbet intresserar dig?
8. Vilket/vilka av dessa arbeten är du fortfarande nyfiken på?

Gå nu igenom dina svar och reflektera kring följande frågor:

- Vilka likheter finns det i jobben du identifierat?
- Vilka skillnader finns det i jobben du identifierat?
- Vilka likheter kan du se i svaren till att du har tyckt att olika jobb varit roliga och intressanta?
- Varför tror du att du funnit detta roligt och intressant?
- Vilka likheter kan du se i svaren till det du tyckte mindre om med tidigare jobb?
- Varför tror du att du tyckt detta varit mindre roligt?
- Utifrån tidigare svar, vad kan du se är viktigt för dig för att du ska hitta ett jobb som är roligt och intressant?