

## Arvioi oma työmarkkina-arvosasi (TMA)

### Työmarkkinaprofiilini

Mitkä ovat erityistyötaitoni?

Mitkä ovat parhaat aikaansaannokseni työssä ja opiskelussa?

Mistä henkilökohtaisista ominaisuuksistani on työssä apua?

Mitkä ovat perusarvoni?

Mitkä ovat uratavoitteeni

vuoden sisällä:

Viiden vuoden sisällä:

Minkä tekemisestä nautin erityisesti?

Mitkä tehtävät kiinnostavat minua?

Minkälainen on muutosvalmiuteni?

Mitä olen oppinut aiemmista muutoksista?

Miten voin hyödyntää kontaktiverkostoni?

## **Analyysi**

Mikä on asteikolla yhdestä kymmeneen (1 = huono – 10 = erinomainen) työmarkkina-arvoni nyt:

kahden vuoden päästä:

Mitkä ovat todelliset menestystekijäni?

Millaisissa tehtävissä taitoni pääsevät parhaiten esille?

Miten voin hyödyntää sosiaalista mediaa työmarkkina-arvoni kasvattamisessa ja työnhaussa?

Mitä konkreettista aion tehdä TMA:ni kasvattamiseksi

kuukauden sisällä:

Vuoden sisällä:

Viiden vuoden sisällä:

Lähteenä käytetty: Jabe, M. 2006. Laske itsellesi työmarkkina-arvo. Fakta syyskuu -06.