

Aalto-Yliopiston podcast. Paras hetki päivässä. Osa 7.

Seija Leppänen: [00:00:08]: Tekniikan ala on hyvin sukupuolittunut Suomessa ja olisi paljon kiinnostavia työtehtäviä myös naisille, jossa pääsee vaikuttamaan maailmaan, tekemään yhteistyötä, johtamaan ihmisiä. Lisäksi tutkimusten mukaan ne yritykset joissa on naisia päättävissä tehtävissä, menestyvät paremmin. Joten kyse on myös rahasta.

Bumpperi: [00:00:34]: Paras hetki päivässä. Aalto-Yliopiston psykologi podcast. Äänessä Paula Sjöblom ja Seija Leppänen.

Paula Sjöblom: [00:00:50]: Mä oon Paula Sjöblom ja olen Aallon opintopsykologi.

Seija Leppänen: [00:00:54]: Minä oon Seija Leppänen

Paula Sjöblom: [00:00:56]: Tässä alkuun kun juteltiin Seijan kanssa, totesin että oon viimeks Seijan työstä juteltu vuonna 2011 kun oon tullu ekaa kertaa Aaltoon. Siitä on tosi pitkä aika ja on kiva päästä juttelemaan Seija sun kanssa sun työn sisällöstä ja työkuvioista muutenkin. Alkuun olis kiva kuulla Seija sun omasta urasta ja siitä miten sä oot valinnu psykologian omaks alaks, ja miten oot eri työpaikkojen kautta löytäny ties Aaltoon.

Seija Leppänen: [00:01:29]: Usein opiskelijatkin kysyvät, tiesitkö jo varhain, että haluat psykologiksi tai uraohjauspsykologiksi. Mun tarina on semmonen, että lukioikäsenä mä olin aika hyvä piirtämään ja silloin mä mietin pyrkimistä taideteolliseen korkeakouluun. Ylioppilaskeväänä kävin Turun kauppakorkeakoulussa katsomassa ne pääsykokeet, en päässy. Vahingossa pääsin sitten Tampereen yliopistoon englantia opiskelemaan. Siellä opiskelin pari vuotta ensin vähän englantia ja huomasin mihin se opiskelu johtaa, en ollut siitä niin kiinnostunut. Aloin opiskella psykologiaa siinä mukana ja kahden vuoden päästä pääsin Helsingin yliopistoon psykologiaa opiskelemaan. Kandin kolmantena vuonna mulle tuli semmonen kuoppa, että mä kyllästyin psykologian normatiivisuuteen ja lähdin opiskelemaan teoreettista filosofiaa. Sain siitä sivuaineen ja kävin sitten psykologian harjoittelussa mielenterveystyössä ja pankin rekrytointiyksikössä. Eli aika erilaisia vaihtoehtoja.

Paula Sjöblom: [00:02:43]: Kyllä. Tossa oli paljon semmosta mitä mä en oo koskaan kuullukaan, sulla on ollu paljon vaihtoehtoja.

Seija Leppänen: [00:02:47]: Joo. Tässä rekrytointityössä kävi sillä tavalla, että mä usein jäin rekrytoinnissa kakkoseks jääneiden pettyneiden ihmisten kans miettimään mitä he voisivat sitten tehdä. Kiinnostaisiko tämmönen ja tämmönen, sopisko sulle tämmönen ja tämmönen. Se ei oikeen ollu sitä rekrytointityötä ja sitten kun tuli haettavaks ammatinvalintapsykologin paikka työvoimatoimistossa, mä hain sitä. Sille tielle jäin sitte yhdeksäks vuodeks. Sen jälkeen olin Helsingin yliopiston aikuiskoulutuskeskuksessa hetken valmentamassa aikuisia ihmisiä, uraohjaamassa heitä. Sen jälkeen lähdin konsulttimaailmaan, jossa meni yhdeksän vuotta aikaa. Tuin aikuisten oppimista ja työelämän kehittymistä. Tein paljon työnhakuvalmennuksia, uraohjausvalmennuksia, outplacement- valmennuksia ja coaching- valmennuksia. Aikaansa kutakin. Sitten tulin Aalto-Yliopistoon.

Paula Sjöblom: [00:03:57]: Monenlaista kokemusta ja kiinnostava kuulla, kiitos kun kerroit, sit on semmosia tiettyjä hetkiä, niinku sanoit, että olit siellä pankissa rekrytointihommassa ja siellä oli tapahtunut jotain. Olit jääny niitten kandidaattien kanssa jotka ei ollu saanu sitä paikkaa. Siinä onki sitten havahtunut, jotain suuntaa löytyy tällästen kokemusten kautta.

Seija Leppänen: [00:04:19]: Joo, se oli mulle kiinnostavampi puoli rekrytointiselektiötä.

Paula Sjöblom: [00:04:24]: Mä oon opintopsykologi, jossain määrin meidän työt riste ja meil on tietysti samoja opiskelijoita uraohjauspsykologilla ja opintopsykologilla. Mutta sitten meidän työssä on erojakin, ei olla pitkään aikaan päästy juttelemaan meidän työstä näin. Kertoisitko missä asioissa opiskelijat varaa aikaa juuri uraohjauspsykologille?

Seija Leppänen: [00:04:47]: Kandivaiheen opiskelijat saattaa haluta keskustella siitä, onko he valinneet oikein tutkinnon, pitäiskö vaihtaa jonnekin muualle. Maisterivaiheen opiskelijat enemmän haluavat konkretisoida omaa osaamista valmistumisvaiheessa. On aika tavallinen kysymys, en ole oikein varma mitä osaan näiden viiden vuoden jälkeen. Pohditaan mitä taitoja on, millasta palautetta opiskelija on saanut, millanen käsitys hänellä on työelämästä. Aallon opiskelijat on aika vaativia itseään kohtaan. Usein vaikka keskiarvo olis hyvä, olis saanut hyvää palautetta, niin se työelämä saattaa tuntua pelottavalta ja

miten siellä pärjää. Voi tuntua, että kaikki muut on saanu hienomman kesätyön, hienomman tittelin tai päässeet pidemmälle uran alussa. Aallossa on myös aikuisikäsiä opiskelijoita jonkin verran, jotka on ehkä saaneet tarpeekseen entisestä työstään ja päättää toteuttaa arvojensa mukasen suunnanvaihdon ammatissaan. Ovat tehneet suunnitelman kouluttautua jonkun muun alan osaajaksi ja haluavat keskustella vaikkapa siitä, että millanen työnhakijaprofili heillä on silloin kun on jo paljon työkokemusta, mutta ihan toiselta alalta.

Paula Sjöblom: [00:06:15]: Siinä on eroo, vähän erilaisia teemoja. Kandivaiheen opiskelijat käy läpi sitä onko omalla alalla ja maisterivaiheessa ja sitten siitä vielä pidemmälle, vissiin tohtorivaiheen opiskelijoitakin käy?

Seija Leppänen: [00:06:29]: Kyllä. Väitöskirjatutkijoita tai tohtoriopiskelijoita, jotka usein haluaa keskustella mitä muita mahdollisuuksia työelämässä vois olla ja haluavat ehkä muodostaa käsitystä koko osaamisestaan. Usein väitöskirjatutkijat on hyviä esim. lähestymään ongelmia eri kulmista, analysoimaan, hakemaan tehokkaasti tietoa ja heillä on hyvät keskustelutaidot. Näissä tapaamisissa voi olla työnohjauksellisia elementtejä. Usein muotoillaan opiskelijan suhdetta oman työn palapeliin. Siinä on tutkimista, maisteri lopputöiden ohjaamista, suhdetta professoriin, suhdetta työryhmään. Mulla on myös työnohjaajakoulutus, jonka oppeja tässä sitten voi ottaa käyttöön. Sitten kansainväliset opiskelijat. Usein on tullu tunne, että he on pidemmälle tehneet omaa urasuunnitelmaansa Suomeen tullessaan ja usein heidän kysymykset on spesifejä työelämään liittyviä. Mistä voisi löytää työtä tällä tutkinnolla tai miten lähestyä eri yrityksiä, millasia tapoja Suomessa on tehdä työnhakua. Tän tapasia.

Paula Sjöblom: [00:07:50]: Selkeitäkin kysymyksiä sitten jo. Jos mieltii ohjaustapahtumaa, mitä siinä konkreettisesti tapahtuu?

Seija Leppänen: [00:08:08]: Aluks käydään luottamuksellisuus asiat läpi ja usein sanon opiskelijalle, että en ole sun auktoriteetti, keskustellaan niistä asioista mitkä tänään on mielen päällä. Mä toki tiedän opiskelijasta jotain ajanvarauskeskustelun tai viestin perusteella, mutta usein keskustelun tavoite on tukea opiskelijan omaa päätöksentekoa tai asiat voi olla jotain elämän palapelin yhteensovittamista. Mitä opiskelisin, muuttasinko ulkomaille, perheen koko on kasvamassa ja pitää tehdä uusia ratkasuja työn suhteen. On monenlaisia keskustelunalotuksia. Mulla ei oo mitään etukäteisagenda tai tehtävä arsenaalia opiskelijalle vaan lähetään liikkeelle siitä, mitä asiakkaalla on

mielen päällä. Usein käy niin, jos ajanvarausviestistä on muutama viikko kulunut, voi olla että asia on jo edistynyt. Ihminen lähtee tekemään jotain sen asian eteen, kun varaa ajan. JOs varaat ajan vaikka hammashygienistille, etköhän ala tosi huolellisesti putsata hampaita heti samana iltana. Asiat lähtevät edistymään ja voi olla että tilanne on jo toinen kun tavataan ja keskustellaan jostain muusta asiasta.

Paula Sjöblom: [00:09:31]: Uraohjauspsykologin kanssa voi jutella muistakin asioista kuin pelkästään uraan liittyvistä asioista.

Seija Leppänen: [00:09:36]: Kaikesta voi keskustella mikä liittyy opiskelijan elämään. Tän hetken ilmassa olevia asioita on se, että opiskelijat kokevat, että heille sanotaan, että kaikki on mahdollista. Opiskelijan kannalta jos ei löydy yhtä konkreettista näkymää siitä mikä oma tavote vois olla, voi tulla mieleen, onko mulla mitään mahdollisuuksia työmarkkinoilla tai rekrytoiko minua kukaan koskaan mihinkää. Sitten kun lähdetään tutkimaan opiskelijan osaamista ja sitä mikä on arvokasta ja mielekästä, löytyy vaihtoehtoja mitä voi tarkastella tai hakea lisää tietoa päätöksenteon tueksi. Toinen tän hetken ilmiö on huijarisyndrooma, josta on kirjoitettu kirjoja ja moni on sen napannut ja kokee, että siinä puhutaan juuri hänestä. Jos jotain oppii, siihen väistämättä kuuluu avuttomuuden tunne, kun ei vielä tiedä ja hallitse kaikkea. On avuton ja silti voi pyrkiä eteenpäin ja yrittää. Eräs opiskelija kiteytti sen hyvin, en epäonnistu ennen kun lakkaan yrittämästä. Se on hyvä asenne.

Paula Sjöblom: [00:11:04]: Toi huijarisyndrooma on sellanen mitä opiskelijat ite ottaa puheeks.

Seija Leppänen: [00:11:09]: Kyllä. Yks ajassa oleva ilmiö on intohimo. Kaikilla pitäis olla suuri Passion. Usein mä sanon siihen, että urasuunnittelu lähtee helpommin sillä tavalla liikkeelle, että kokeilee jotakin asiaa ja huomaa että tykkää siitä, hankkii lisää osaamista siihen suuntaan ja viiden tai kymmenen vuoden päästä voi sanoo, että tämä on minun passion. Eihän se valmistumisvaiheessa vielä voi olla. Jollakin voi olla selkeä intohimo tai palo johonkin, mutta hyvin harvalla on.

Paula Sjöblom: [00:11:48]: Kiva kun otit ton puheeks. Me jossain muussakin podcast jaksossa mietittiin, että yliopisto opiskelijoilla ja ehkä tämmösiin asiantuntija-ammattiin tähtäävillä aloilla tulee jostakin paine siihen, että pitäis tehdä jotain mikä on just sun juttu ja intohimo. Sitten saattaa vertailla itseään

opiskelukavereihin, että kuinka paljon intohimoa minulla on tähän alaan suhteessa opiskelutovereihin. Onko riittävästi.

Seija Leppänen: [00:12:16]: Kysypä joiltain tuttaviltasi mikä heidän intohimonsa on. Se ei oo suinkaan selkeä vastaus mikä sisältäis yhden asian. Se muuttuu ajassa.

Paula Sjöblom: [00:12:28]: Samassakin työssä on todennäköisesti semmosia asioita mitkä innostaa paljon, ja sit on sellasia vähän rutiininomaisia juttuja mitkä pitää vaan tehdä.

Seija Leppänen: [00:12:39]: Elämä tapahtuu liikkuvassa ympäristössä. Opiskelijat liikkuvat läpi liikkuvan ympäristön. Opiskeluaika on enemmän semmosta purjehtimista muuttuvalla merellä, kuin suunnistamista samana pysyvässä maastossa, jossa edelliselle rastille vois palata ja kokeilla uudestaan. Sitä myötä kannattaa ottaa muita mukaan veneeseen ja purjehtia yhdessä, niin matka on mukavampi, turvallisempi ja hauskenpi. Työelämän satama, joka tänään näyttää houkuttavalta, se voi muuttua matkan varrella ja viiden vuoden päästä halutaan ihan toisenlaiseen satamaan.

Paula Sjöblom: [00:13:22]: Sekin voi olla hämmäntävä kokemus, jos on ollu hirveen varma yliopistoon tullessa, että tän tyypistä uraa haluan lähteä tekemään, tätä haluan opiskella ja tänne suunnata. Sitten se muuttuukin matkan varrella. Se on hyvä, että pystyy jonku kanssa siitä tarvittaessa mietiskelemään, ettei tarvii ihan yksin pohtia.

Bumpperi: [00:13:43]: Paras hetki päivässä.

Paula Sjöblom: [00:13:49]: Miettiiks kaikki jossain vaiheessa omaa uraa? Mitä sanoo uraohjauspsykologi? Onko se kaikkia koskettava asia?

Seija Leppänen: [00:14:02]: En tiedä, en tapaa kaikkia opiskelijoita. Usein urapohdinnat syntyvät nivelvaiheissa. On juuri tullut Aaltoon, on valitsemassa maisterivaihetta tai on vuoden sisällä valmistumassa. Yleensä taitojen kehittyessä alkaa pohtia omia arvojaan siinä niiden mukana ja mihin kannattais käyttää aikansa, mikä on hyvää työtä.

Paula Sjöblom: [00:14:30]: Mehän nähään vaan ne opiskelijat jotka tulee meille. Ei voi varmasti sanoo pohtiiko kaikki.

Seija Leppänen: [00:14:40]: Jossain vaiheessa opintoja omat arvot alkaa selkiytyä. Nehän yleensä yksilöllistyy elämän mittaan. Kun me ollaan 15, on tosi tärkeä näyttää ihan samanlaiselta kun paras kaveri, ihan pukeutumista myöten. Jos katot keski-ikäisiä, ne tekee omia juttujaan. Miten selkiyttää omia arvojaan, se kuulostaa juhlalliselta, mutta voi vaikka miettiä miksi olen täällä maailmassa, mitä haluan tehdä täällä, millasta hyvä työ on ja mitä rahalla on sen kanssa tekemistä esimerkiksi. Joskus mä kysyn tämmösiä arvokysymyksiä: Jos sä voittasit Nobelin-palkinnon kymmenen vuoden päästä, mikä asia olis tosi hienoo olla ratkaissut tai jos alkaisit lotota ja voittasit 50 miljoonaa euroa, sittenkin pitäis joka aamu alkaa suunnitella päiväänsä, viikkoaan ja elämäänsä. Mitä sä sitten tekisit, jos ei tarvis miettiä elantoa. Sieltä voi joskus löytää omia arvopohdintoja.

Paula Sjöblom: [00:15:51]: Millasia vastauksia oot saanu opiskelijoilta, muistatko esimerkiksi tohon lottokysymykseen?

Seija Leppänen: [00:15:57]: Hyvin monenlaisia. Tällä hetkellä ne usein liittyy esimerkiksi ilmastonmuutokseen tai johonkin globaaleihin ilmiöihin.

Paula Sjöblom: [00:16:09]: Mitä sanoisit, kuinka usein opiskelija on aivan jumissa sen suhteen mitä hän halus opiskella?

Seija Leppänen: [00:16:20]: En tiedä jumissa. Ehkä enemmän jumissa sen suhteen mitä haluaisi tehdä työkseen. Toki joku voi miettiä maisterivalintaa ja sivuaineen valinta tuntuu hyvin kriittiseltä asialta, mitä se ei ehkä todellisuudessa olekaan. Pääainevalinta on tietysti iso päätös, sitä kannattaa harkita, mutta se ei oo semmonen asia mitä ei tulevaisuudessa voi mitenkään muuttaa. Aalto-yliopiston alumnit usein todistavat puheenvuoroissaan, erilaisia mahdollisuuksia työelämässä löytyy aina. Kannattaa tehdä sellasia asioita mikä itseään kiinnostaa vaikka ei vielä tietäis mitä tulevaisuudessa työkseen tekiskään. Usein alku urapolulle löytyy nimenomaan niistä omista kiinnostuksenkohteista.

Paula Sjöblom: [00:17:13]: Hyvä kun sanot ton. Mä myös mietin mun opiskelijoiden kanssa sitä, kun mietitään valintoja, mitä sivuaineita vaikka ja

sitten opiskelija pohtii, että olis järkevää ottaa tällänen ja tää on se järkevä valinta, mutta kiinnostais joku aivan muu. Ihanaa kuulla että myös alumnit on sanonut, että kannattaa kuunnella omaa kiinnostuksen kohdetta ja suunnata sinne. Työelämässä löytyy mahdollisuuksia.

Seija Leppänen: [00:17:39]: Toi onkin hyvä sana toi järkevä. Se on vähän kuin kannattaa. Se voi sisältää vaikka mitä eri asioita, miltä kannalta kannattaa tai miltä kannalta olis järkevää. Toisaalta tiedetään, että työmarkkinatilanteet muuttuu aina. Mä oon jo sen ikäinen, muistan kun 90-luvulla koulutettiin datanomeja, sitten tuli lama ja meillä oli iso joukko työttömiä datanomeja. Jos pelkästään suunnistaa tän hetken työllisyystilanteen mukaan, se voi johtaa johonkin tukalaan tilanteeseen.

Paula Sjöblom: [00:18:16]: Toi on kiinnostava näkökulma silläkin tavoin, joskus ne järkevät valinnat tulee ehkä niiltä hyvää tarkottavilta vanhemmilta ja he on toki kokeneet erilaista työelämää jo vuosikymmeniä ennen. Se luotto siihen, mikä kiinnostaa, kyllä se kantaa.

Seija Leppänen: [00:18:35]: Tosta tuli mieleen, että eri tutkimukset jota juuri luin, osoittaa että tekniikan alan valinneilla naisopiskelijoilla osana omaa arvopohdintaa on usein ollut joku sukulaisyhteys tekniikan alan ammatteihin. Mikä kiinnostavampaa, hauska yksityiskohta, äidin esimerkillä on vahva merkitys tyttöjen mahdolliseksi kokemiin asioihin tekniikan aloilla. Jos äiti on ajanut perheessä traktoria, tekniikan alan työt on tytöllekin mahdollisia. Mutta jos äiti ei ole ajanut traktoria, perheessä pojat opetetaan ajamaan traktoria.

Paula Sjöblom: [00:19:19]: Yhteys ei ole pelkästään sitä, että äiti olis ollu tekniikan alalla, vaan se että äiti on tehny jotain sellasta mikä perinteisesti mielletään miesten hommaks.

Seija Leppänen: [00:19:29]: Äiti on vahva esimerkki.

Paula Sjöblom: [00:19:31]: Näinhän se kyllä on. Äidit on tärkeitä. Niin on kyllä isätki.

Bumpperi: [00:19:36]: Paras hetki päivässä. Paula Sjöblom ja Seija Leppänen.

Paula Sjöblom: [00:19:40]: Miten sitten sun ohjauksen aikana, voiko käydä niin, että opiskelija ymmärtää olevansa väärällä alalla, ohjaatko sä silloin opiskelijaa vaihtamaan alaa tai lähtemään yliopistosta jonnekin muualle?

Seija Leppänen: [00:19:56]: Mä en ohjaa siinä tilanteessa. Ohjauksessa ei voi tehdä asiakkaan elämään liittyviä päätöksiä, mutta asiakkaalla on aikaa kertoa, prosessoida ajatuksia ja asiakas on sillä tavalla ylin auktoriteetti siinä tilanteessa. Hänen tunteet ja ajatukset on ensisijaisia, enkä päättä puolesta, eikä sellasta valtaa kannata muille antaakaan. Asiakas on oman elämänsä paras asiantuntija ja mä oon ehkä sitte parhaimmillaan ohjausprosessin asiantuntija. Joskus on hyvä päätös lähteä jonnekin muualle. Muistan monia tilanteita, kuluu puoli vuotta ja opiskelijalta alkaa tulla iloisia sähköpostiviestejä, nyt vihdoinkin alkaa syntyä onnistumisia, olipa hyvä päätös, löysin saman henkisiä ihmisiä. Se on aina opiskelijan päätös. Kä myös niinkin että pohdintaprosessin päätteeksi opiskelija päätyy jatkamaan Aallossa, monesta syystä.

Paula Sjöblom: [00:21:05]: Joskus ohjauspolku on sellanen, että opiskelija tulee opintopsykologille ja sen jälkeen voidaan miettiä että vielä vois jatkaa uraohjauspsykologin luona. Joskus opiskelija saattaa miettiä ääneen, että jos on miettinyt urapohdintoja ja alanvaihtoa, että onko se jotenkin, kun ollaan Aallon henkilökuntaa, onko miejän tavoite saada pidettyä kiinni kaikista meidän opiskelijoista. Vaikka kaikki opiskelijat on meille tärkeitä, opiskelijan lähtökohdista me tehdään työtä ja yritetään löytää yhdessä semmosta työskentelytapaa, että se johtaa opiskelijalle oikeisiin valintoihin.

Seija Leppänen: [00:21:49]: Vaikka Aalto maksaa palkkamme, puolustamme opiskelija autonomiaa ja opiskelijan mahdollisuuksia löytää itselleen parhaita valintoja.

Paula Sjöblom: [00:22:00]: Käykö joskus päinvastoin, että opiskelija ymmärtääkin olevansa juuri oikeassa paikassa ja varmentuu tunne siitä, että tämä on sitä mitä haluaa.

Seija Leppänen: [00:22:11]: Kyllä käy niinkin. Opiskelija saa lisätietoa jostakin, katsotaan vähän pidemmälle tutkinto-ohjelmaa, sieltä on tulossa mielenkiintoisia kursseja, kaikki ei ole pelkkää laskaria jos joku ei tykkää laskareista. On myös niitä opiskelijoita jotka tykkää tosi paljon laskareista.

Paula Sjöblom: [00:22:29]: Niin varmuutta siihen, että tää on oma paikka ja saa tehdä itseään kiinnostavia asioita ja joskus saattaa olla, että kandi vaiheessa ne yleiset pohjaopinnot on vielä niin yleisiä, että pääsee vasta ajan kanssa kiinni siihen mikä sytyttää syvemmin.

Seija Leppänen: [00:22:49]: Tai sitten työelämähorisontista löytyy sellainen vaihtoehto mikä kiinnostaa opiskelijaa. Kaikkeahan ei voi tietää, mutta kun yhdessä tutkiskellaan ja haetaan, voi löytyä sellanen toimiala joka kiinnostaa tai tehtävärooli, joka sopii opiskelijalle, mitä hän ei vaan ole tullut ajatelleeksi.

Paula Sjöblom: [00:23:09]: Yliopistossa puhutaan geneerisistä taidoista ja niillä ei tarkoiteta pelkästään substanssiosaamista, eli ei esimerkiksi arkkitehtiopiskelija tiedä pelkästään kaavoituksesta, vaikka sekin on tärkeä osa opiskelua. Geneeriset on yleisiä työelämätaitoja. Esimerkiks vuorovaikutustaitoja tai ryhmässä toimimisen taitoja. Minkälaisia geneerisiä taitoja sä pidät tärkeänä nykypäivän työelämää ajatellen?

Seija Leppänen: [00:23:39]: Kun opiskelija on ollu pari vuotta työelämässä, kukaan ei enää kysy, mistä teit lopputyön, mikä sun pääaine oli tai mikä sivuaine oli, vaan mitä osaat. Teoreettiset taidot pitäis kääntää työelämäosaamisen kielelle. Viime huhtikuussa ilmesty TEK-akateemisten tuore uraseurantakysely, jossa viime vuonna Aallosta valmistuneet opiskelijat itse todistavat millasia taitoja he ovat pitäneet tärkeinä työelämässä. Sieltä löytyy yhteistyötaidot, ongelmanratkaisutaidot, luovuus. Luovuushan voi olla sellasta arkipäivän luovuutta. joku on tosi nokkela keksimään hyviä ratkaisuja ja näkökulmia tai yrittäjäysluovuutta tai taiteellista luovuutta. Edelleen oppimisen asenne. Ajatus että haluaa oppia on olennaisempaa kuin pelkkä lahjakkuus. Eräs opiskelija kiteytti kun lopetettiin yhteistyö, kysyin mitä hänelle jäi mieleen tästä meidän yhteistyöstä, hän sanoi, pitää myös oppia eikä vaan olla lahjakas. Edelleen tästä TEK:n uraseuranta kyselystä, analyttinen ja systemaattinen ajattelu, itsenäinen työskentely ja tiedonhakutaidot. Esimerkiks näitä.

Paula Sjöblom: [00:25:02]: Näitä mitä luettelit, nehän on myös samoja sanoja mitkä toistuu usein työpaikkailmoituksissa. Välillä onkin niin, että haetaan tietyllä profiililla tietynlaista palasta. Siinä tulee nää yleiset taidot tärkeeseen rooliin.

Seija Leppänen: [00:25:21]: Kyllä. Itsensä brändäämisestä pääsee puhuun myös opiskelijoiden kanssa. Työmarkkinoilla on yksilökeskeisiä vaatimuksia,

valmistuneelta vaaditaan hyvää kykyä esittää itsensä jossakin valossa tai jonkinlaisena brändinä. Brändissä vois ajatella kolmella tavalla. Brändi on kaikki mitä teen, koko elämä on brändin rakentamista tai brändi on kuin hattu, jonka laittaa päähän kun menee haastatteluun ja sen ottaa päästä pois kun lähtee kotiin, tai sitten moni ajattelee, etten halua olla mikään brändi, olen ainutkertanen ihminen. Se riittää hyvin jos ihmisellä on hyvä maine. Nää vaihtelee toimialan ja tehtävän mukaan, minkä verran sitä brändäämistä odotetaan, toivotaan tai edes vaaditaan.

Paula Sjöblom: [00:26:21]: Mäkin luin kerran tosta brändäämisestä semmosta selitystä, kun tuut työpaikalla sun kollegaa vastaan, niin miten sä moikkaat sitä vai tervehditkö. Sekin on osa sun brändiä miten sä oot kaikissa tilanteissa. Se oli mielenkiintoinen ajatus, en ollu ajatellu sitä tällä tavoin. Sen voi laittaa tän brändikäsitteen alle. Jokapäiväsen olemisen ja käyttäytymisen.

Seija Leppänen: [00:26:46]: Joskus sanotaan, maine on se mitä ihmisestä puhutaan silloin kun hän ei ole huoneessa. Se on ehkä korvautunu tällä brändi-sanalla.

Paula Sjöblom: [00:26:57]: Tästä maineesta ja brändäämisestä päästään sellaseen teemaan kun itseluottamus ja itseluottamus työelämässä. Opintopsykologin ohjauksessa sivutaan sitä teemaa, mutta puhutaanko uraohjauksessa enemmän siitä mistä uskoa osaamiseen ja oman uran rakentamiseen? Opiskelijoilla on niin paljon kuitenkin epävarmausmielteitä tulevaisuutta kohtaan.

Seija Leppänen: [00:27:32]: Eräs tuntemani työnantaja sanoi, että vastavalmistuneelle riittää hyvin kahdeksi vuodeksi että on valmis tekemään sen työn mistä keskustellaan ja on valmis työskentelemään muiden ihmisten kanssa, valmis ottamaan palautetta ja valmis kehittymään palautteen avulla. Sen jälkeen on niin paljon uutta osaamista, että sitä voi helposti itse myydä eteenpäin seuraaville organisaatioille. Kaikkeahan siitä tutkinnosta ei tarvitse hallita, työelämä ei oo mitään jatkuvaa matematiikan tenttiä. Osa opitusta voi jäädä kokonaan käyttämättä työuran aikana, työnantajat haluaa opettaa omille tavoilleen. Alussa aina joku perehdyttää, opastaa, neuvoa. Jos jotain ei tiedä kannattaa heti kysyä muilta, koska he todennäköisesti tietävät ja samalla tulee arvostaneeksi niitä kokeneempia uusia työkavereita.

Paula Sjöblom: [00:28:31]: Tuo kuulostaa huojentavalta. Täytyy ite muistaa noita sanoa opiskelijalle ohjauksessa. Etenkin tieto siitä, ettei tarvii kaikkea osata. Vaikka sä valmistut maisteriks, sun ei tarvii siinä vaiheessa osata alasta ihan kaikkea, ehdit vielä oppia.

Seija Leppänen: [00:28:50]: Nää urapolut monimutkaistuvat ja tälläset siirtymät on hyvin yksilöllisiä. Joskus training paikan vastaanotto voi olla tosi hyvä veto, jos siinä oppii sellasia asioita joista on hyötyä myöhemmin. Useinhan me ei tiedetä etukäteen mistä on hyötyä myöhemmin. Altistettu sattuma on uraohjaus termi, altistaa itsensä oppimaan erilaisia asioita ja usein ura lähtee urkenemaan sitä myötä, kun tekee vaikka lopputyön jonnekin yritykseen. Keitä ihmisiä sattuu tapaamaan siellä, mitä mahdollisuuksia sattuu saamaan sitä myötä. Opiskelija on siellä ehkä pari vuotta ja sitten on niin paljon uutta osaamista, että lähtee sillä eteenpäi.

Paula Sjöblom: [00:29:38]: Antaa sattumalle mahdollisuuden.

Seija Leppänen: [00:29:41]: Kyllä, suunniteltu sattuma.

Paula Sjöblom: [00:29:47]: Tiedän että oot ollu mukana sellasessa hankkeessa kun tasa-arvoisesti uralle. Mua kiinnostais kuulla siitä lisää. Mä kävin tän hankkeen nettisivuilla ja siellä oli isolla sellasia lukuja, että naisia Suomessa teknisillä aloilla alottavista opiskelijoista on 18 %, mikä kuulostaa pieneltä luvulta. Islannissa vastaava luku on 36%, huomattavasti isompi luku, vaikkei vielä ihan 50-50. Kerro vähän tästä hankkeesta.

Seija Leppänen: [00:30:27]: Hanke keskittyy tekniikan alaan ja sen tavote on luoda korkeakoulutukseen ja työelämään sellasta kulttuuria joka vähentää epätasa-arvoa, esim. rakenteellista epätasa-arvoa. Esim. taloustiedettä opiskellut nainen ei päädy talousassistentiksi talousjohtaja miehelle. Tämmöistä horisontaalista.

Bumpperi: [00:31:12]: Paras hetki päivässä.

Seija Leppänen: [00:31:14]: Nau-hanke, eli naiset tasa-arvoisesti uralle , hanke keskittyy tekniikan alaan ja tavote on luoda korkeakoulutukseen ja työelämään semmosta kulttuuria joka vähentää esimerkiksi rakenteellista epätasa-arvoa.

Tarkotus on tarjota monipuolisempia tulevaisuushorisontteja. Tekniikan ala on hyvin sukupuolittunut Suomessa ja siellä olis paljon kiinnostavia työtehtäviä myös naisille, jossa pääsee vaikuttamaan maailmaan, tekemään yhteistyötä, johtamaan ihmisiä ja lisäksi tutkimusten mukaan ne yritykset joissa on naisia päättävissä tehtävissä, menestyvät paremmin. Joten kyse on myös rahasta. Nyt Aallon suhteen meidän tohtoriopiskelijat on yksi arvostettu kohderyhmä tässä Nau-hankkeessa. Se on vielä vaiheessa, se etenee vasta ensi syksynä ja seuraavana keväänä, mutta katsotaan mihin päästään.

Paula Sjöblom: [00:32:18]: Kiinnostava hanke. Onko siinä muita, tai ainakin on yliopiston henkilökuntaa mukana, mutta onko muilta elinkeino aloilta?

Seija Leppänen: [00:32:28]: Siinä on TEK mukana ja erilaisia ammattikorkeakouluja, yliopistoja Oulusta, Lappeenrannasta, Tampereelta, hyvin monta tekijää.

Paula Sjöblom: [00:32:40]: Tästä voiskin tehdä ihan oman podcast jakson siinä vaiheessa kun hanke on mennyt eteenpäin.

Paula Sjöblom: [00:32:57]: Me voitais vielä yhdessä pohtia vähän sitä, koska opiskelija ohjautuu opintopsykologille ja koska urapsykologille. Ainahan se ei ole selvä jako ja tehdään samojenkin aiheiden kanssa hommia. Mitä sä ajattelet meidän töiden yhtäläisyyksistä ja eroavaisuuksista?

Seija Leppänen: [00:33:26]: Me on joskus pohdittu sitä, onko opiskelijalle hyötyä vai haittaa siitä jos hän tapaa samaan aikaan sinua ja minua. Musta se riippuu tilanteesta. Toki asiakas voi varata aja useampaan palveluun jos haluaa, mutta olis hyvä tietää siitä, jotta osataan palvella häntä parhaalla mahdollisella tavalla. Joskus on tilanteita, että kannattaa pohtia tilanteita yksi asia valmiiksi ja siirtyä sitten eteenpäin.

Paula Sjöblom: [00:33:58]: Me ollaan mietitty sitä, joskus voi olla raskastakin se että yhtä aikaa kävis kahella eri henkilöllä, että muistaako mitä kenen kanssa on puhunu ja menee päällekkäin. Eihän sit aina välttämättä tiedä kummalta alottaa ja sit voi yhdessä meidän kanssa sitä asiaa pohtia.

Seija Leppänen: [00:34:15]: Minä saatan ohjata opiskelijoita opintopsykologin luo jos hänellä on sellasia asioita jossa te olette parempia. Vaikka ajanhallinta kysymyksiä tai hän on kiinnostunut mindfulness tekniikalla rauhoittamaan omaa mieltään.

Paula Sjöblom: [00:34:49]: Seija, me ehittiin jutella hetki tässä ennen kun ruvettiin tallentamaan, sanoit sellasia kiinnostavia työmenetelmiä millä sä opiskelijoiden kanssa työstät päätöksien ja valintojen tekemistä. Se on aika usein se tilanne kun opiskelija tulee psykologin ohjaukseen, jollain tavalla mietitään jotain muutosta tai päätöstä muutokseen ja uraohjauspsykologin luona näitä ura- ja ala valintoja mietitään. Kerro meille kuulijoille ja mulle vielä millasia menetelmiä käytät päätöksenteon tukemisessa?

Seija Leppänen: [00:35:33]: Päätöksenteossa hankalaa ja kivaa on se, kun tekee päätöksen niin ei saa koskaan tietää millainen se toinen polku olisi ollut. Joskus voi olla aluksi, että tekee määräaikasen päätöksen, Päättää elää kuukauden verran ikään kuin olisi tehnyt päätöksen suuntaan X. Jos siinä joku vaivaa tai se ei miellytä, avaa sen päätöksen ja elää seuraavan kuukauden kuin olisi tehnyt päätöksen suunnitelmaan Y. JOissakin asioissa se toimii. Tai sitten voi tehdä insinööri analyysin, tekee plus-miinus analyysin, hakee kaikki järkiperaiset perusteet ja sen jälkeen ottaa intuition mukaan ja kysyy itseltään tuntuuko tämä vaihtoehto hyvältä. JOs se ei tunnu hyvältä, siinä voi olla jotain vikaa, vaikka kaikki järkiperusteet olisi olemassa. Sitten on hassunkurinen tapa tehdä päätöksiä. Heitä lanttia. Sen jälkeen kun näet tuloksen, kuuntele itseäsi. Sehän on tavallaan sama kuin toisen ihmisen tekemä päätös puolestasi. Jos Klaava ei tunnu hyvältä vaihtoehdolta, se on vähän sama kuin uraohjaaja olisi sanonut tai tehnyt päätöksen puolestasi.

Paula Sjöblom: [00:36:55]: Tossa on kolme hyvää vinkkiä jota pitää mielessä ja joskus itekin kokeilla jos on hankala tehdä päätöstä. Itenkään en ole maailman varmin päätösten tekijä ja tarviin aikaa päätöksille.

Seija Leppänen: [00:37:08]: Päätöksenteossa on valtavasti erilaisia tekijöitä. Siinä on aina vähän sattumaaa mukana. Mikä toteutuu ja mikä on ylipäättään mahdollista. Onko nousukausi vai lama. Päätöksenteossa on jollakin tavalla mukana vanhemmat, kaverit, sosiaalisen median esittämät vaihtoehdot, kulttuuri ja niin edelleen. Siinä on paljon tekijöitä.

Paula Sjöblom: [00:37:40]: Mitä haluaisit sanoo kohta valmistuvalle opiskelijalle?

Seija Leppänen: [00:37:46]: Mä sanosin että jämähtämistä työuralla ei kannata pelätä, se on aika tyypillinen keskustelunaihe. Työelämä muuttuu sen verran nopeasti nykyisin. Joskus voi tulla sellanen tunne, että kun saisi vähän aikaa rauhassa tehdä sitä perustyötään. Ei kannata pelätä jos ei ole yhtä selkeää intohimoa valmistumisvaiheessa. Tärkeintä on että lähtee rohkeasti kokeilemaan, altistaa erilaisille sattumille, jotta huomaa mistä tykkää ja mitä haluaa oppia lisää. Kannattaa miettiä uravalintaa itselle sopivaksi työ on vain yksi osa elämää. joku voi tykätä työstä numeroiden parissa ilman tavotetta edetä uralla nopeammin kun kukaan koskaan ja kannattaa tarkastella tavallisia tyypillisiä esimerkkejä työuralta. Työelämään siirtyminen alkaa näyttää siltä, että tuonhan mä jo osaan, on näyttöä siitä että on pystynyt omaksumaan asioita ja todennäköisesti omaksuu niitä jatkossakin. Esimerkiksi tällasia.

Paula Sjöblom: [00:38:53]: Tärkeitä ajatuksia meille kaikille jo ihan työssä oleville. Nyt on kevät kun me tätä tallennetaan, mutta ens syksynä meillä alottaa iso joukko ensimmäisen vuoden opiskelijoita. Mitä uraohjauspsykologi haluais heille sanoa?

Seija Leppänen: [00:39:11]: Haluaisin sanoo pari sanaa yhteisöllisyydestä ja yksilöllisyydestä. Opiskeluaika on mainio aika oppia itsestään erilaisten ryhmien jäsenenä. Kesätoissa ehtii usein vain raapasta sitä pintaa omalta alalta, mutta ne ihmiset jäävät aina mieleen. Opiskelijat Aallossa on kovia vertaamaan omia saavutuksia muiden saavutuksiin jotka onnistuvat aina näyttämään paremmilta kuin omat saavutukset. Kannattaa ehkä suhtautua muihin opiskelijoihin omana porukkana, omana heimona, joka on yhdessä vahvempi ja joka voi auttaa toisiaan. Puhuttiin siitä, että elämä tapahtuu liikkuvassa ympäristössä ja opiskelijat liikkuvat läpi liikkuvan ympäristön. Vielä ei voi tietää miltä työelämä ja toiveet näyttävät viiden vuoden päästä. Yksilöllisyyden suhteen kannattaa pikkuhiljaa selkiyttää omia arvojaan, mitä haluaa tehdä, millaista olis hyvä työ, mikä itselle sopisi. Ei aina tarvitse mennä sinne suuntaan minne muut menevät. Paljon tavataan opiskelijoita jotka haluavat mietti itselle erilaista uraa kuin ne tyypilliset yritykset jotka siitä tutkinnosta rekrytoivat opiskelijoita.

Paula Sjöblom: [00:40:37]: Sanoit tosta yhteisöllisyydestä, kuinka hienoa se onkin parhaimmillaan, näitä ura-asioitakin jos on mahdollista pohtia niiden opiskelijoiden kanssa jotka on opiskellu samoja kursseja ja on samalla

vuosikurssilla missä itse käyt. Siitä saa varmasti pohdintoihin lisäpotkua. Ja meidät tietysti löytää kans täältä jos tuntuu että haluaa ura-asioita vielä enemmän miettiä.

Paula Sjöblom: [00:41:09]: Loppuun heitän Seija bonus kysymyksenä, kerro meille mistä sä tykkäät sun omassa työssä?

Seija Leppänen: [00:41:21]: Tykkään siitä että kaikki opiskelijat on niin erilaisia. Vaikka teemat saattaa olla samanlaisia, kaikilla on kuitenkin omat juttunsa. Työn sisäisiä palkintoja on esimerkis se, että tapaa jonkun opiskelijan kandidaiheessa ja sitten maisterivaiheessa ja sitten kun yhtenä päivänä kulkee tosta otakaaren ovesta ulos, hän tulee vastaan ja kysyn mitä kuuluu. Sit hän sanoo, valmistuin tässä juuri ja olen menossa töihin, ostin juuri oman asunnon. Niin paljon semmosta kehittymistä ja aikuistumista tapahtuu siinä opintovuosien aikana. Sitä on todella hieno päästä näkemään.

Paula Sjöblom: [00:42:09]: Kiitos Seija. Oli tosi kiinnostava päästä keskustelemaan sun kanssa sun työstä. Me ollaan samassa tiimissä ja meidän tiimissä on enemmän opintopsykolgeja ja sitten meillä on yks Seija. Tosi kiva että löyty tämmönen hetki, saatiin yhdessä tehdä podcastia. Kiitos myös kuuntelijoille. Moikka.

Seija Leppänen: [00:42:30]: Moikka.

Puhuja 4 [00:42:40]: Aalto-Yliopiston podcast.