

# MOMENTUM-TYÖHÖNVALMENNUKSEN MALLI JA TYÖPAJARUNKO



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakeskus



LAB University of  
Applied Sciences

# MOMENTUM-TYÖHÖNVALMENNUS

Momentum-työhönvalmennuksen keinoin tavoitellaan työn ja koulutuksen ulkopuolella, heikommassa työmarkkina-asemassa olevien, yli 29-vuotiaiden maahanmuuttaneiden henkilöiden toimintakyvyn, osallisuuden sekä yhdenvertaisuuden kokemuksen edistämistä koulutus- ja työelämäpoluilla.

Sisällöt auttavat erityisesti heitä, jotka tarvitsevat vahvaa tukea ja vaihtoehtoisia tapoja siirtyäkseen kohti koulutusta ja/tai työelämää.

Momentum-työhönvalmennuksessa hyödynnetään luovia menetelmiä, jotka tukevat osallisuuden kokemuksen vahvistumista, tarjoamalla samalla vaihtoehtoisen tavan vuorovaikuttaa, sekä oppia työelämään siirrettäviä taitoja.

Momentum-työhönvalmennuksen mallilla pyritään madaltamaan kynnystä ja avataan uusia näkökulmia myös korkeakouluopintoihin hakeutumisen mahdollisuudesta heille, jotka eivät ilman valmennukseen osallistumistaan näkisi itseään korkeakouluopiskelijoina.

Euroopan unionin osarahoittamaa **MOMENTUM – Moninaistuvat urapolut** -hanketta on toteutettu

Live-säätiön koordinoimana yhdessä LAB-ammattikorkeakoulun & Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun kanssa 1.8.2023-31.1.2026.



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakeskus



Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu



LAB University of  
Applied Sciences

## SISÄLLYS

|                                                      |    |
|------------------------------------------------------|----|
| MOMENTUM-TYÖHÖNVALMENNUS .....                       | 2  |
| MOMENTUM-TYÖHÖNVALMENNUKSEN MALLI .....              | 4  |
| TOIMINTAMALLIN KUVAUS.....                           | 9  |
| RYHMÄMUOTOISEN TYÖHÖNVALMENNUKSEN TYÖPAJARUNKO ..... | 10 |
| HYÖDYNNÄ NÄITÄ MATERIAALEJA.....                     | 23 |
| TAUSTAA .....                                        | 29 |

Euroopan unionin osarahoittamaa **MOMENTUM – Moninaistuvat urapolut** -hanketta on toteutettu

Live-säätiön koordinoimana yhdessä LAB-ammattikorkeakoulun & Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun kanssa 1.8.2023-31.1.2026.



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakeskus



Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu



LAB University of  
Applied Sciences

# MOMENTUM-TYÖHÖNVALMENNUKSEN MALLI

## MITÄ MOMENTUM-TYÖHÖNVALMENNUKSEN MALLI PITÄÄ SISÄLLÄÄN?

Momentum-työhönvalmennus pitää sisällään niin yksilöllisen, kuin ryhmämuotoisen työhönvalmennuksen sisältöjä.

Osallistuja voi halutessaan osallistua kumpaankin tai vain jompaan kumpaan. Momentum-työhönvalmennus malli toimii parhaiten, kun osallistuja osallistuu ensin työhönvalmennukseen orientoivaan ryhmämuotoiseen työpajasarjaan, josta jatkaa yksilövalmennukseen.

Ryhmämuotoiset työpajaosiot toteutetaan työpajasarjana, ryhmämuotoiseen työskentelyyn soveltuvissa tiloissa. Myös verkkototeutus on mahdollinen.

Momentumin-työhönvalmennuksen kokonaisuuden päätavoitteena on tukea osallistujien osaamisen ja vahvuuksien tunnistamista, työelämätaitojen kehittymistä sekä hyvinvoinnin edistämistä ja ylläpitämistä.

Työhönvalmennuksen sisällöt vahvistavat osallistujien uskoa niin omiin kykyihin, kuin tulevaisuuden mahdollisuuksiin. Momentum-työhönvalmennukseen osallistuminen tukee valmiuksien kehittymistä ja osallistujan etenemistä kohti koulutus- tai työelämäpolkujen alkua.



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakeskus



Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu



LAB University of  
Applied Sciences

## YKSILÖLLINEN TYÖHÖNVALMENNUS

- Työhönvalmennus on kokonaisvaltaista, asiakaslähtöistä ja joustavaa.
- Sen tavoitteena ei ole ainoastaan työllistyminen, vaan ennen kaikkea hyvinvoiva, motivoitunut ja oman näköistään elämää kohti kulkeva ihminen.
- Malli antaa tilaa kasvaa, unelmoida ja tehdä valintoja, jotka tukevat yksilön omaa polkua.

## RYHMÄMUOTOINEN TYÖHÖNVALMENNUS

- Tukee yksilökohtaista työhönvalmennuksen asiakkuutta; osallistujan on helpompi kuvata omia tavoitteitaan, kun niitä on pohdittu jo aiemmin ennen yksilövalmennukseen osallistumista.
- Ryhmämuotoinen toiminta tukee luovien menetelmien hyödyntämistä työpajoissa. Luovista menetelmistä mm. draamaharjoitukset ovat ryhmässä tehtäviä harjoituksia, joissa työpajoihin osallistujat simuloivat työhaastattelua. Ryhmätoiminnalla saadaan aikaan keskustelua ja kokemusten vaihtoa vertaisten kanssa.

## LUE LISÄÄ

[Työhönvalmennuksen malli Momentum-hankkeessa](#) - blogikirjoitus

[Aktiivisesti kohti omaa polkua](#) - blogikirjoitus



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakas



Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu



LAB University of  
Applied Sciences

# YKSILÖLLINEN TYÖHÖNVALMENNUS

## TOIMINTAPERIAATTEET

|                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>HYVINVOINTI</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kokonaisvaltaisuus</li> <li>• tarpeellisten tukipalvelujen kokoaminen</li> <li>• hyvinvointia edistäviin ratkaisuihin kannustaminen</li> </ul> | <p>Työhönvalmennuksen ensimmäinen askel on asiakkaan hyvinvoinnin tukeminen. On tärkeää, että arjen perusasiat ovat kunnossa ennen kuin voidaan lähteä tavoittelemaan suurempia muutoksia. Valmennuksessa kartoitetaan tarvittavia tukipalveluja, ja samalla asiakkaan ympärille rakentuu vahvempi tukiverkosto. Näin varmistetaan, että osallistujalla on riittävästi voimavaroja edetä omassa tahdissaan.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p><b>UNELMAT</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• toiveikkuuden ja itsearvostuksen tukeminen</li> <li>• jokaisen yksilöllisten vahvuuksien ja voimavarojen tunnistaminen</li> </ul>                  | <p>Moni ei ole pysähtynyt miettimään, mitkä ovat omat unelmat, vahvuudet tai voimavarat. Valmennuksessa niiden tunnistaminen on keskeinen osa prosessia. Valmentaja toimii asiakkaalle kuuntelijana ja peilinä, joka auttaa sanoittamaan asioita, jotka voivat olla vielä muotoutumassa. Kun ihminen alkaa nähdä itsessään potentiaalia, myös usko tulevaisuuteen vahvistuu.</p> <p>Valmennuksen sisällöt voivat tukea hyvin erilaisissa tavoitteissa: korkeakouluopintojen aloittamisessa, työelämään siirtymisessä, taloudellisen tasapainon löytämisessä ja terveyden vahvistamisessa. Yhtä tärkeitä ovat myös unelmat, jotka liittyvät läheisten hyvinvointiin tai arjen sujuvuuteen. Jokaisen asiakkaan kanssa pysähdytään yhdessä pohtimaan, mikä juuri hänelle on merkityksellistä – ja millainen voisi olla se ensimmäinen konkreettinen askel kohti oman unelman toteutumista.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>TOIMINTA</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vapaaehtoisuus</li> <li>• mahdollisuus osallistua luovaan ryhmätoimintaan ja saada vertaistukea</li> <li>• tavoitteiden muodostaminen ja seuraavan askeleen selkiyttäminen</li> </ul>         | <p>Momentum-mallin ytimessä on vapaaehtoisuus. Asiakas tulee valmennukseen omasta halustaan, ja saa itse vaikuttaa siihen, mihin suuntaan lähdetään etenemään. Tavoitteet asetetaan yhdessä valmentajan kanssa, ja niitä tarkennetaan matkan varrella. Myös ryhmävalmennuksiin osallistuminen on vapaaehtoista kaikille. Jokainen askel kohti omannäköistä elämää on arvokas – myös ne kaikkein pienimmät.</p> |
| <b>OMA POLKU</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• rinnalla kulkeminen</li> <li>• työhön/opintoihin suuntaamisen tuki</li> <li>• valmennusta voi saada ja keskusteluja käydä kahvin äärellä tai</li> <li>• vaikka metsässä ulkoillen</li> </ul> | <p>Kohtaamisia ja rinnalla kulkemista: valmennus ei ole pelkästään työ- tai opintopolkujen suunnittelua, vaan siinä on vahva inhimillinen ulottuvuus. Keskustelut voivat tapahtua kahvikupin äärellä tai yhteisellä metsäkävelyllä. Kohtaaminen, luottamus ja läsnäolo ovat olennaisia. Valmentaja kulkee rinnalla, tukee ja kuuntelee – joskus vain oleminen yhdessä voi olla tärkeämpää kuin tekeminen.</p>  |
| <b>SAATTAMINEN</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• asiakkaan puolella oleminen</li> <li>• työssä ja opinnoissa tukeminen</li> <li>• vaikka tavoite on saavutettu, yhteistyö voi jatkua ja valmennukseen saa palata</li> </ul>                 | <p>Kun asiakas on valmis ottamaan seuraavan askeleen, valmentaja tukee häntä käytännön asioissa. Tämä voi tarkoittaa apua koulutushakemuksen täyttämisessä, harjoittelupaikan etsimisessä tai työhaastatteluun valmistautumisessa. Valmennus ei pääty uuden alun kynnyksellä – mukana ollaan myös muutoksen hetkellä.</p>                                                                                      |

# RYHMÄMUOTOINEN TYÖHÖNVALMENNUS

## TOIMINTAPERIAATTEET

Osallistuja

|                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• oppii tunnistamaan omat vahvuutensa ja pohtimaan omia tulevaisuuden mahdollisuuksia.</li></ul>            |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• tutustuu suomalaisen työkuulttuurin pääpiirteisiin, työntekijän oikeuksiin ja velvollisuuksiin.</li></ul> |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• saa tietoa alueen koulutustarjonnasta ja opiskelemaan hakeutumisesta.</li></ul>                           |
| <ul style="list-style-type: none"><li>• pääsee harjoittelemaan työnhakuun liittyviä tilanteita luovia menetelmiä hyödyntäen.</li></ul>            |

### Jokaisella ryhmämuotoisella työhönvalmennuskerralla on oma teemansa

Ryhmämuotoisten ohjaustilanteiden ohjauksessa on tärkeää, että ne etenevät rauhalliseen tahtiin, jättäen tilaa keskusteluille ja kysymyksille. Työskentelyssä hyödynnetään luovia menetelmiä oppimisen tukena.

Luovat menetelmät antavat osallistujalle keinoja itseilmaisuuksiin, vaikka suomen kielen osaaminen ei olisikaan vielä vahvaa.

Työskentelyyn osallistuvien henkilöiden määrä tulee suhteuttaa ohjaajien määrään. Yhden henkilön on mahdollista toteuttaa laadukkaasti ryhmämuotoista työhönvalmennusta, jos osallistujamäärä on kuusi (6) henkilöä kerrallaan.



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakeskus



Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu

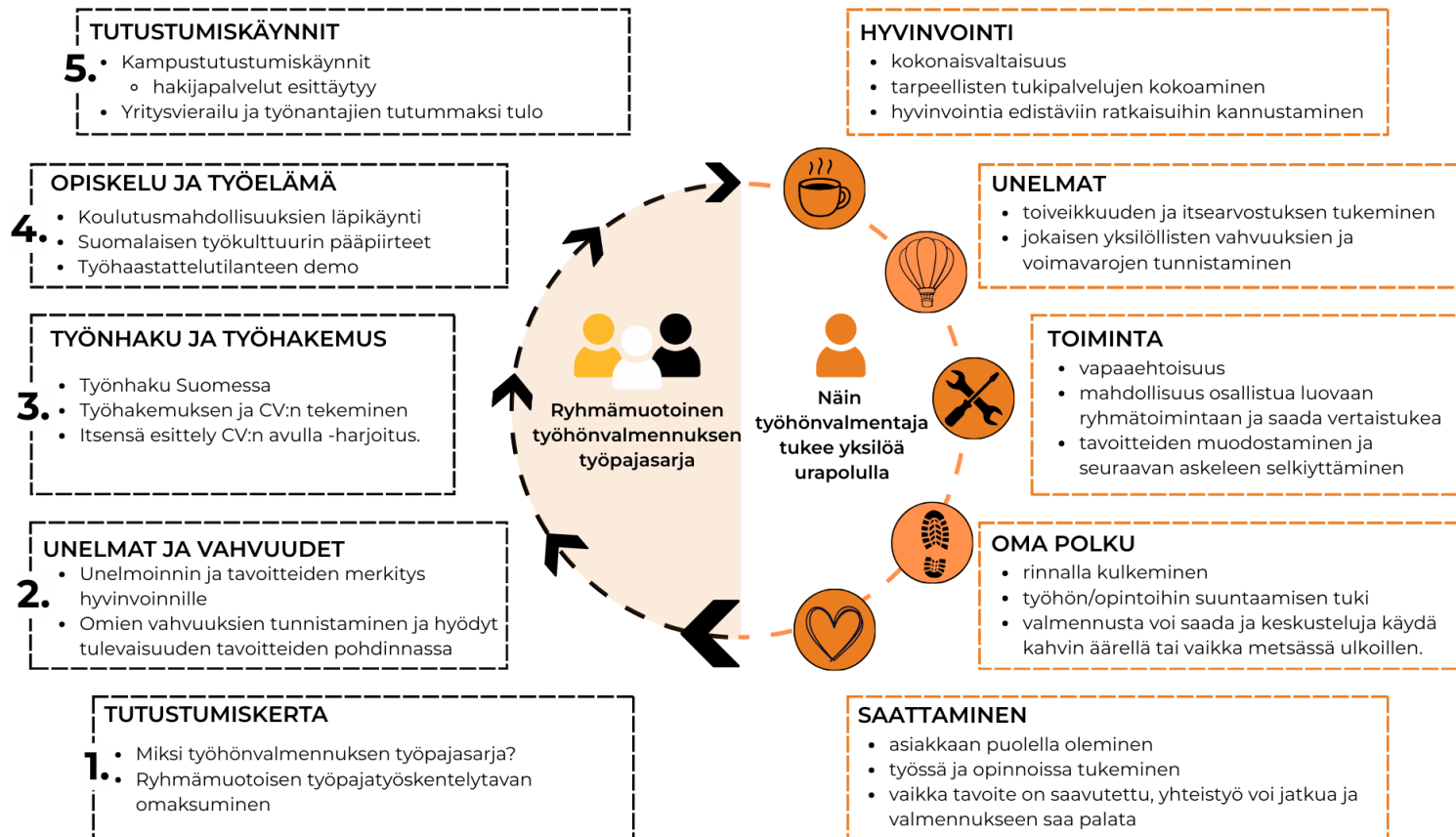


LAB University of  
Applied Sciences

# TOIMINTAMALLIN KUVAUS

## RYHMÄMUOTOISESTA TYÖHÖNVALMENNUKSESTA

## YKSILÖLLISEEN TYÖHÖNVALMENNUKSEEN



# RYHMÄMUOTOISEN TYÖHÖNVALMENNUKSEN TYÖPAJARUNKO



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakeskus



LAB University of  
Applied Sciences

## RYHMÄMUOTOISEN TYÖHÖNVALMENNUKSEN TYÖPAJARUNKO

|                        |                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ALKUKYSELY             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Työhönvalmennuksen työpajasarjan pääteemoihin liittyen</li> </ul>                                                                                          |
| TUTUSTUMISKERTA        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Miksi työhönvalmennuksen työpajasarja?</li> <li>• Ryhmämuotoisen työpajatyöskentelytavan omaksuminen</li> </ul>                                            |
| UNELMAT JA VAHVUUDET   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unelmoinnin ja tavoitteiden merkitys hyvinvoinnille</li> <li>• Omien vahvuuksien tunnistaminen ja hyödyt tulevaisuuden tavoitteiden pohdinnassa</li> </ul> |
| TYÖNHAKU JA TYÖHAKEMUS | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Työnhaku Suomessa</li> <li>• Työhakemuksen ja CV:n tekeminen</li> <li>• Itsensä esittely CV:n avulla -toiminnallinen harjoitus</li> </ul>                  |
| OPISKELU JA TYÖELÄMÄ   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Koulutusmahdollisuuksien läpikäynti.</li> <li>• Suomalaisen työkuulttuurin pääpiirteiden esittelyä.</li> <li>• Työhaastattelutilanteen demo.</li> </ul>    |
| LOPPUKYSELY            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Työhönvalmennuksen työpajasarjan pääteemoihin liittyen</li> </ul>                                                                                          |
| TUTUSTUMISKÄYNNIT      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kampustutustumiskäynnit</li> <li>• Yritysvierailut ja työnantajien tapaaminen</li> </ul>                                                                   |

## ENNAKKOKYSELY OSALLISTUJILLE

Esimerkkikysymyksiä, joilla osallistujan on mahdollista vaikuttaa työpajojen sisältöpainotuksiin

Huom! Kysymykset on hyvä muotoilla mahdollisimman yksinkertaisesti, jotta osallistujan on helppo ne lukea ja sen jälkeen vastata niihin selkeiden vastausmahdollisuuksien avulla. Esimerkiksi värien avulla vastausmahdollisuuksien merkitystä voi painottaa.

Kerro, mikä näistä aiheista on sinusta kiinnostava ja mistä haluat kuulla lisää:

|                              | En ole kiinnostunut yhtään |                       | Olen kiinnostunut hieman |                       | Olen kiinnostunut paljon |
|------------------------------|----------------------------|-----------------------|--------------------------|-----------------------|--------------------------|
|                              | 1.                         | 2.                    | 3.                       | 4.                    | 5.                       |
| Korkeakouluopinnot           | <input type="radio"/>      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    |
| Työnhaku                     | <input type="radio"/>      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    |
| Tulevaisuuden tavoitteet     | <input type="radio"/>      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    |
| Oman osaamisen tunnistaminen | <input type="radio"/>      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    |
| Suomalainen työkuultuuri     | <input type="radio"/>      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    |
| Työelämätaidot               | <input type="radio"/>      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    |
| Hyvinvointi                  | <input type="radio"/>      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>    |

## TYÖPAJARUNKO 1. TYÖPAJA: TUTUSTUMINEN

Esimerkkikysymyksiä, joilla osallistujan kokemuksia pääteemoihin liittyen voi mitata.

Alku- ja loppukyselyjen vastaustulosten pohjalta on mahdollista siirtää tietoa yksilöllisen työhönvalmennuksen räätälöintiin, jos kyselyt toteutetaan keräämällä myös vastaajatiedot.

|                                                       |  |  |  |  |
|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                       | Olen täysin eri mieltä                                                             | Olen vähän eri mieltä                                                               | Olen vähän samaa mieltä                                                             | Olen täysin samaa mieltä                                                            |
| <b>KORKEAKOULUTUS JA OPISKELU</b>                     |                                                                                    |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |
| • Uskon, että voin olla opiskelija korkeakoulussa     | <input type="radio"/>                                                              | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               |
| • Tiedän miten ja missä voin opiskella (Suomessa)     | <input type="radio"/>                                                              | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               |
| <b>TYÖELÄMÄ JA TYÖNHAKU</b>                           |                                                                                    |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |
| • Osaan etsiä ja hakea töitä (Suomessa)               | <input type="radio"/>                                                              | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               |
| • Tiedän, minkälaista työnteko on (Suomessa)          | <input type="radio"/>                                                              | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               |
| <b>ITSETUNTEMUS JA ITSELUOTTAMUS</b>                  |                                                                                    |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |
| • Tiedän, missä asioissa olen hyvä.                   | <input type="radio"/>                                                              | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               |
| • Uskon, että osaan ja pystyn tekemään asioita hyvin. | <input type="radio"/>                                                              | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               |
| <b>TULEVAISUUDEN NÄKYMÄT JA MOTIVAATIO</b>            |                                                                                    |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |
| • Uskon hyvään tulevaisuuteen.                        | <input type="radio"/>                                                              | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               |
| • Haluan saavuttaa unelmani.                          | <input type="radio"/>                                                              | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               |

## TYÖPAJARUNKO 1. TYÖPAJA: TUTUSTUMINEN

### Sisältö:

- alkukysely pääteemoihin liittyen,
- mitä tavoitteita työhönvalmennuksen työpajasarjalle on,
- ryhmämuotoisen työskentelytavan omaksuminen.

**Jokaisen työpajasarjan pajakerran aluksi käydään läpi kyseisen työpajan ohjelma.**

Osallistujalle tulostetaan tarvittaessa päivän materiaalit sisällön seuraamisen tueksi.

- Osallistuja voi tällöin tarvittaessa kääntää materiaalin omalle äidinkielelleen esimerkiksi puhelimen käännössovelluksen avulla.

Työpajassa käydään läpi ryhmämuotoisen työpajasarjan sisältöä ja tavoitteita.

- Avataan osallistujille, miten sisältö voi olla avuksi osallistujille.

Tutustumisessa voi käyttää apuna kuvia, joista osallistuja voi valita itseään puhuttelevimman.

- Kuvat voivat olla esimerkiksi postikortteja tai muita vastaavia, erilaisilla kuvituksilla olevia kuvamateriaaleja.

Kuvien käyttö toimii hyvänä tukena silloin, kun suomen kielen osaamisessa on vielä haastetta.

- Osallistuja kertoo itsestään haluamansa asiat, sekä miksi valitsi kyseisen kuvan.

Työpajan loppuksi alustetaan seuraavan kerran teemaa, jolloin osallistujille ei tule tieto täysin yllätyksenä.

## TYÖPAJARUNKO 2. TYÖPAJA: UNELMAT JA VAHVUUDET

### Sisältö:

- Unelmoinnin ja tavoitteiden merkitys hyvinvoinnille
- Omien vahvuuksien tunnistaminen ja hyödyt tulevaisuuden tavoitteiden pohdinnassa.

**Jokaisen työpajasarjan pajakerran aluksi käydään läpi kyseisen työpajan ohjelma.**

### UNELMAT

Päivän ohjelman läpikäymisen jälkeen on lyhyt, luentotyyppinen osuus.

Osuudessa käydään läpi mitä unelmat ovat, ja miksi ne ovat tärkeitä oman tulevaisuuden näkökulmasta.

On tärkeää avata osallistujille työskentelyn tarkoitusta, sillä se voi olla monelle vieras ajattelutapa.

Osallistuja saa teemaan liittyvän kotitehtävän, jossa unelmat tehdään näkyviksi ja omaan unelmaan palataan vielä uudelleen.

### VAHVUUDET

Samalla työpajakerralla syvennyttään vahvuuksiin; mitä ne ovat ja miten niitä voi tunnistaa.

Luovia menetelmiä apuna käyttäen valmistetaan taideteos teemaan liittyen esimerkiksi omista vahvuuksista tai unelmista. Luova työskentely vaatii aikaa ja mahdollisuutta rauhalliseen työskentelyyn. Tämä on hyvä huomioida työpajan aikatauluttamisessa.

Menetelmät ja välineet työn toteuttamiseen ovat monipuoliset. Vaihtoehtoina esimerkiksi savi, hiili, tussit, vesivärit ja akryylimaalit.



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakeskus



Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu



LAB University of  
Applied Sciences

## TYÖPAJARUNKO 2. TYÖPAJA: UNELMAT JA VAHVUUDET

### Sisältö:

- Unelmoinnin ja tavoitteiden merkitys hyvinvoinnille
- Omien vahvuuksien tunnistaminen ja hyödyt tulevaisuuden tavoitteiden pohdinnassa.

### LUOVAT MENETELMÄT

Työpajan lopuksi osallistuja halutessaan esittelee muille ryhmäläisille oman työnsä ja kertoo mitä se kuvaa. Luovat menetelmät helpottavat sanallistamaan omia vahvuuksia ja unelmia. Usein teoksesta paljastuu jotain, joka olisi ollut ilman tätä vaikea sanoittaa. Oma työ voi olla kovin henkilökohtainen, eikä sen esitleminen muille tunnu aina mielekkäältä. Jokaisen toivotaan esittelevän oma työnsä.

Jos osallistuja ei halua avata tarinaa kuvan takana, se ei ole pakollista.

Kaiken tulee perustua vapaaehtoisuuteen.

### LUE LISÄÄ

[Tulevaisuususko ja monikulttuurisuus](#) - blogikirjoitus

[Kotouta luovasti-opas](#) - julkaisu



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakeskus



Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu



LAB University of  
Applied Sciences

## TYÖPAJARUNKO 3. TYÖPAJA: TYÖNHAKU JA TYÖHAKEMUS

### Sisältö:

- Työnhaku Suomessa
- Työhakemuksen ja CV:n tekeminen
- Itsensä esittely CV:n avulla -toiminnallinen harjoitus.

**Jokaisen työpajasarjan pajakerran aluksi käydään läpi kyseisen työpajan ohjelma.**

### CV

Käydään läpi mitä "CV" tarkoittaa ja millainen sen sisällön olisi hyvä olla.

Osallistujat pääsevät tämän jälkeen tekemään oman CV:n tulostetulle, selkeälle ja yksinkertaiselle pohjalle.

Osallistujalla ei mahdollisesti ole käytössään tietokonetta, joten tulostettu versio toimii harjoituksessa hyvin.

### TYÖHAKEMUS

Kerrotaan työhakemuksen rakenteesta ja sisällöstä esimerkein.

Osallistuja harjoittelee itsensä esittelemistä oman CV:n avulla. Esittely toteutetaan pienissä ryhmissä.

Lopuksi käydään läpi, kuinka osallistuja voi hyödyntää valmista CV:tä, ja mihin hän voi tarvita sitä tulevaisuudessa.



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakeskus



Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu



LAB University of  
Applied Sciences

## TYÖPAJARUNKO 4. TYÖPAJA: OPISKELU JA TYÖELÄMÄ

### Sisältö:

- Koulutusmahdollisuuksien läpikäynti
- Suomalaisen työ kulttuurin pääpiirteiden esittelyä
- Työhaastattelutilanteen demo

**Jokaisen työpajasarjan pajakerran aluksi käydään läpi kyseisen työpajan ohjelma.**

Työpajassa käydään läpi alueen koulutusmahdollisuuksia ja suomen kielen opiskelutarjonnasta, jakaen tietoa pidempien kurssien lisäksi alueella toimivista kielikahviloista ja monikulttuurisuuskeskuksista. Kerrotaan mahdollisuudesta kielen opiskeluun itsenäisesti, sekä verkosta löytyvistä materiaaleista.

### OPISKELUMAHDO LLISUUDET

Tässä sisältöosiossa avataan hakuprosessia sekä hakuvaatimuksia eri oppilaitoksiin.

Osallistujien mahdollisten erilaisten koulutustasojen vuoksi opiskelumahdollisuuksista kerrotaan mahdollisimman laajasti, aina peruskoulun suorittamisesta korkeakoulutukseen ja sen jälkeisiin jatko-opintomahdollisuuksiin.

### SUOMALAINEN TYÖKULTTUURI

Teemasta kuvataan sen pääpiirteitä: työntekijän oikeuksia ja velvollisuuksia.

Samalla kerralla käydään työhaastattelun sisältöä ja yleisimpiä kysymyksiä läpi. Osallistuja kirjaa ylös omia vastauksiaan ohjauksen aikana läpikäytyihin haastattelukysymyksiin, jotta työpajakerran aikana toteutettava harjoite on helpompi toteuttaa.



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakus



Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu



LAB University of  
Applied Sciences

## TYÖPAJARUNKO 4. TYÖPAJA: OPISKELU JA TYÖELÄMÄ

### Sisältö:

- Koulutusmahdollisuuksien läpikäynti
- Suomalaisen työkulttuurin pääpiirteiden esittelyä
- Työhaastattelutilanteen demo.

### HARJOITUS: työhaastattelutilanne käytännössä

Harjoitus tehdään joko ryhmän edessä tai pareittain.

Työpajan vetäjät näyttävät harjoitteen käytännössä, haastattelemalla toinen toisiaan työtä varten.

Osallistujat muodostavat parit ja toimivat vuorotellen sekä haastattelijan, että työnhakijan rooleissa.

Ryhmän edessä toimiminen voi olla monesta jännittävää vielä kehittyvän kielitaidon takia. Pareittain tai pienryhmissä toimien osallistujat rohkaistuvat keskustelemaan vapaammin.

### Harjoituksessa voi hyödyntää näitä esimerkkikysymyksiä:

*"Millaiset asiat ovat auttaneet sinua onnistumaan?" "Mitä haluat tehdä tulevaisuudessa?" "Mitä osaat hyvin?"*

*"Millaisissa tilanteissa olet oppinut uutta?" "Mikä voisi auttaa sinua saavuttamaan unelmasi?"*

*"Miten omat vahvuutesi auttavat sinua tulevaisuudessa?"*



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakus



Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu



LAB University of  
Applied Sciences

## TYÖPAJARUNKO 4. TYÖPAJA: OPISKELU JA TYÖELÄMÄ

Esimerkkikysymyksiä, joilla osallistujan kokemuksia pääteemoihin liittyen voi mitata.

Alku- ja loppukyselyjen vastaustulosten pohjalta on mahdollista siirtää tietoa yksilöllisen työhönvalmennuksen räätälöintiin, jos kyselyt toteutetaan keräämällä myös vastaajatiedot.

|                                                       |  |  |  |  |
|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                       | Olen täysin eri mieltä                                                             | Olen vähän eri mieltä                                                               | Olen vähän samaa mieltä                                                             | Olen täysin samaa mieltä                                                            |
| <b>KORKEAKOULUTUS JA OPISKELU</b>                     |                                                                                    |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |
| • Uskon, että voin olla opiskelija korkeakoulussa     | <input type="radio"/>                                                              | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               |
| • Tiedän miten ja missä voin opiskella (Suomessa)     | <input type="radio"/>                                                              | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               |
| <b>TYÖELÄMÄ JA TYÖNHAKU</b>                           |                                                                                    |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |
| • Osaan etsiä ja hakea töitä (Suomessa)               | <input type="radio"/>                                                              | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               |
| • Tiedän, minkälaista työnteko on (Suomessa)          | <input type="radio"/>                                                              | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               |
| <b>ITSETUNTEMUS JA ITSELUOTTAMUS</b>                  |                                                                                    |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |
| • Tiedän, missä asioissa olen hyvä.                   | <input type="radio"/>                                                              | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               |
| • Uskon, että osaan ja pystyn tekemään asioita hyvin. | <input type="radio"/>                                                              | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               |
| <b>TULEVAISUUDEN NÄKYMÄT JA MOTIVAATIO</b>            |                                                                                    |                                                                                     |                                                                                     |                                                                                     |
| • Uskon hyvään tulevaisuuteen.                        | <input type="radio"/>                                                              | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               |
| • Haluan saavuttaa unelmani.                          | <input type="radio"/>                                                              | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               | <input type="radio"/>                                                               |

## TYÖPAJARUNKO 5. TYÖPAJA: TUTUSTUMISKÄYNNIT

### KAMPUSTUTUSTUMISKÄYNNIT

#### Kampustutustumiset tukevat työpajojen opintoteemaa.

Tutustumisissa jaetaan tietoa koulutusmahdollisuuksista ja erilaisista tavoista opiskella. Yhteistyössä ammattikorkeakoulun hakijapalveluiden kanssa osallistujille avataan mitä vaatimuksia korkeakouluopiskeluihin hakeutumiseksi liittyy (esimerkiksi kielitaitovaatimukset).

#### Esimerkki kampustutustumisen toteutuksesta

Tutustuminen kampuksen tiloihin alkaa kokoontumalla luokkatilaan.

Kampustutustumisissa käytetään selkosuomea ja ne etenevät rauhalliseen tahtiin, jättäen tilaa keskustelulle ja kysymyksille.

Hakijapalveluiden edustaja pitää infon tutustujille joko Teamsin kautta tai paikan päällä.

Infossa käydään läpi eri tutkintoja sekä niihin hakeutumista.

Osallistujien kielitaito huomioidaan jakamalla esitettävä materiaali myös paperisena, jotta seuraaminen on helpompaa.

Erityisen tärkeää on info kielitaitovaatimuksista sekä muista ammattikorkeakouluopiskelut mahdollistavista tekijöistä.

Osallistujille jaetaan hakijan oppaat ja mahdollista muuta materiaalia ammattikorkeakoulusta, joiden avulla he voivat tutustua aiheeseen myöhemmin itsenäisesti lisää.



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakus



Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu



LAB University of  
Applied Sciences

## TYÖPAJARUNKO 5. TYÖPAJA: TUTUSTUMISKÄYNNIT

### KAMPUSTUTUSTUMISKÄYNNIT

Hakijapalveluiden infon jälkeen siirrytään tutustumaan kampuksen tiloihin ja ammattikorkeakoululle ominaisiin oppimisympäristöihin.

Kampustutustumisten sisältö vaihtelee kampuksittain ja tässä koosteessa puhutaan Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun kampuksista.

Kotkan kampuksella on mahdollista tutustua merenkulunsimulaatiotilaan, Kouvolan kampuksella Meduusa-studioon tai muotoiluopiskelijoiden pajatiloihin.

Käytettävissä olevan ajan puitteissa on hyvä kierrellä kampusta yleisesti.

Tiloihin tutustumisen jälkeen osallistujat pääsevät tutkimaan kampusta myös itsenäisesti kampussuunnistuksen merkeissä.

Osallistujat saavat kartan kampuksesta, jonne on merkitty rasteja, jotka tulee löytää ja samalla itsenäisesti katsella tiloja.

Tutustumisen lopuksi on hyvä varata aikaa kysymyksille ja keskustelulle.

### YRITYSVIERAILUT

Yritysvierailut tarjoavat mahdollisuuden tutustua vierailun kohteena olevan yrityksen toimintatapoihin ja rekrytointikäytäntöihin.

Sovi vierailun kohteena olevan yrityksen kanssa toteutukseen liittyvistä yksityiskohdista, jotta vierailu on kummallekin osapuolelle sujuva kokemus.



**Euroopan unionin**  
osarahoittama



**Elinvoimakeskus**



Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu



**LAB University of**  
Applied Sciences

# HYÖDYNNÄ NÄITÄ MATERIAALEJA



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakeskus



# HYÖDYNNÄ NÄITÄ LUOVAT MENETELMÄT

## Luovat menetelmät työhönvalmennuksen välineenä

- Momentum-videocast jakso.

## Momentum-työskentelypohjat

- unelmien ja tavoitteiden pohdinnassa
- oman osaamisen tunnistamisessa
- arjen voimavarojen läpikäymisen tukena.

## Kotouta luovasti: opas luovia menetelmiä hyödyntävään kotouttavaan toimintaan

- Opas rohkaisee sinua hyödyntämään luovia menetelmiä, kun haluat vahvistaa maahanmuuttaneiden yhdenvertaisen osallisuuden kokemusta ja edistää kotoutumista.
- Käytännönläheiset, ohjausta tukevat toiminnalliset harjoitukset on helppo toteuttaa ja toimivat monenlaisissa tilanteissa. Harjoitukset auttavat luomaan ohjattavan minäpystyvyyden kokemusta ja tulevaisuudenuskoa sekä oppimaan suomen kieltä.
- Teemat on valittu niin, että ne tukevat kotoutumisessa erityisesti urapolkujen muodostamista, onpa kyseessä sitten opiskeluun tai työelämään liittyvät valmiudet.



## HYÖDYNNÄ NÄITÄ LUOVAT MENETELMÄT

[Momentum Urapolut - Matkalla kohti työelämää -osaajavideo 1.](#)

[Momentum Urapolut - Matkalla kohti työelämää -osaajavideo 2.](#)

- Luovat menetelmät osana oman osaamisen tunnistamista ja niistä kertomista. Momentum - Moninaistuvat urapolut -hanke on kulkenut mukana vahvistaen tulevaisuudenuskoa ja työelämävalmiuksia, soveltaen luovia menetelmiä osana ohjaustyötä.

[Polkuja – Moninaisten kohtaamisten satukirja](#)

- Teos sisältää viisi satua, joihin on sisällytetty tietoa erilaisista ammatillisista lähteistä.
- Henkilöhahmot ovat fiktiivisiä, mutta heidän tarinansa pohjautuvat hankkeen aikana tehtyihin havaintoihin ja kokemuksiin, joita on rikastettu mielikuvituksella ja yhteiskunnallisesti ajankohtaisilla ilmiöillä.
- Neljä sadusta on kirjoitettu maahanmuuttaneen näkökulmasta, ja yksi kertoo työnantajan tarinan työllistämisen teemasta.



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakus



LAB University of  
Applied Sciences

## HYÖDYNNÄ NÄITÄ KOHTI AMMATTIKORKEAKOULUOPINTOJA

Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun verkkosivuilta löytyvää tietoa

### [Xamk PULSE: avoin AMK](#)

- koulutuskalenteri

### [Korkeakouluopintoihin valmentava koulutus maahanmuuttajille](#)

- Koulutus on tarkoitettu maahanmuuttajille, joiden tavoitteena on hakea eri alojen opintoihin suomalaiseen ammattikorkeakouluun tai yliopistoon.

### [Prepatory studies for Higher Education](#)

- vieraskieliset korkeakouluopintoihin valmentavat opinnot maahanmuuttaneille.

### [Tietoa opiskelumahdollisuuksista maahanmuuttaneille](#)



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakas



Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu



LAB University of  
Applied Sciences

# HYÖDYNNÄ NÄITÄ KOHTI AMMATTIKORKEAKOULUOPINTOJA

Lab-ammattikorkeakoulun tuottamaa materiaalia opiskelumahdollisuuksia pohtivalle

## [Kohti AMK-opintoja](#)

oppimisympäristö antaa yleistä tietoa ammattikorkeakoulusta, opintoihin hakeutumisesta sekä opiskelusta ylipäätään.

## [Kohti AMK-opintoja -oppimisympäristö](#)

- esittelyvideo

## [Murretaan myyttejä AMK-opinnoista](#)

- julkaisu

## [Oppimisympäristöstä tukea opiskelupohdintoihin](#)

- blogiartikkeli

## [Hyvä itsetuntemus apuna oman polun suunnittelussa](#)

- blogiartikkeli



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakeskus



Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu



LAB University of  
Applied Sciences

## HYÖDYNNÄ NÄITÄ NÄKÖKULMIA

### VIDEO:

- [Monimuotoisuus, yhdenvertaisuus ja inklusiivisuus - mistä on kyse?](#)

### BLOGIKIRJOITUKSET:

- [Edistämässä kieli- ja kulttuuritietouden kehittymistä](#)
- [Maailmalta meille - moninaistuvilla urapoluilla](#)
- [Kieli- ja kulttuuritietoisuus työpaikalla](#)
- [Diversiteetin voima](#)
- [Sinnikkyydellä ovet auki työelämään](#)
- [Opettajan näkökulma moninaisten opiskelijoiden kohtaamiseen](#)
- [Toimintaa monikulttuurisuuskeskuksissa](#)
- [Projektitoiminta yhteisöllisyyden, kotoutumisen ja yhteiskunnallisen vaikuttavuuden tukena Saagassa](#)
- [Antirasistisen kohtaamisen ABC](#)



# TAUSTAA

MOMENTUM-TYÖHÖNVALMENNUKSEN TAUSTALLA OLEVAN HANKKEEN PÄÄTAVOITTEET OLIVAT:

**1. Vahvistaa maahanmuuttaneiden, yli 29-vuotiaiden henkilöiden yhdenvertaisia mahdollisuuksia koulutukseen ja työhön.**

TAVOITELTU MUUTOS: Hankkeella on madallettu kynnystä ja avattu näkökulmia korkeakouluopintoihin niille, jotka eivät ilman hankkeen toimenpiteitä näkisi itseään korkeakouluopiskelijoina. Hankkeella kehitetään myös Kymenlaakson korkeakoulutusta ja korkeakoulutettujen määrää.

**2. Tukea ja lisätä yritysten osaamista täsmätyöllistämiseen sekä maahan muuttaneiden työllistämiseen liittyvissä kysymyksissä.**

TAVOITELTU MUUTOS: Yritysten valmiudet työllistää täsmätyökykyisiä ja maahan muuttaneita henkilöitä vahvistuvat. Työnantajia kohtautetaan hankkeen kohderyhmäläisten kanssa käyttäen uudenlaista lähestymistapaa, jossa hyödynnetään luovia ja taidelähtöisiä menetelmiä. Lisäksi hankkeessa järjestetään yrityksille uudenlaisia kielitietoisia kohtaamisen paikkoja.

**3. Vahvistaa verkostoyhteistyötä ja palvelujen välistä yhteistyötä, jotta tieto saatavilla olevista tukimuodoista tavoittaa kaikki sitä tarvitsevat ja sitä kautta kertyvä osaaminen auttaa tunnistamaan kohderyhmän tarpeita paremmin sekä ohjaamaan oikeiden palvelujen piiriin.**

TAVOITELTU MUUTOS: Hankkeen lisäarvo syntyy korkeakoulujen, yritysten ja 3. sektorin välisen yhteistyön tiivistymisestä. Yhteistyön tiivistyminen mahdollistaa erilaiset tukimuodot niin kohderyhmälle kuin työnantajille, joiden avulla pystytään varmistamaan katkeamaton palvelupolku kohti koulutusta ja työelämää.



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakas



Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu



LAB University of  
Applied Sciences

# Momentum - Moninaistuvat urapolut

1.8.2023-31.1.2026

[www.livesaatio.fi/momentum](http://www.livesaatio.fi/momentum)

[www.xamk.fi/momentum](http://www.xamk.fi/momentum)

[www.lab.fi/momentum](http://www.lab.fi/momentum)

Euroopan unionin osarahoittamaa **MOMENTUM – Moninaistuvat urapolut** -hanketta on toteutettu Live-säätiön koordinoimana yhdessä LAB-ammattikorkeakoulun & Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun kanssa 1.8.2023-31.1.2026.



Euroopan unionin  
osarahoittama



Elinvoimakeskus



LAB University of  
Applied Sciences