

## ÄRA UNISTA TIITLIST, VAID ELUSTIILIST

Sageli teevad inimesed erialavaliku tiitli/postitsiooni/ametinimetuse, mitte elustiili järgi, mis sellega kaasneb. „See eriala kõlab hästi.“ „See töö tundub turvaline.“ „Seal saab palju palka.“ jne.

Aga palju harvem küsime:  
KAS SEE ELUVIIS SOBIB MULLE?

### PEATU KORRAKS JA MÕTLE:

Kujutle end mõne aasta pärast (vali endale loogiline aeg vahemikus 5-10 aastat). Visualiseeri oma tavalist ideaalset tööpäeva tulevikus. Ja tee seda alates olmetegevustest.

- Kus sa ärkad?
- Mis kell sa ärkad?
- Millises keskkonnas sa elad? Töötad?
- Kuidas liigud nende kahe koha vahel?
- Missugused tööülesanded sul on?
- Milline tunne sul enamasti on?

See ei pea olema selge pilt. Piisab aimdusest. Suunast. Unistusest.

Kui tahad seda harjutust veel järgmisele tasemel viia, soovime sul kirjutada oma visualiseeritud pilt käsitsi üles. See häälsõnumina telefoni salvestada ja kuulata seda nt õhtul enne magama jäämist.

## VABASTAV MÕTE

Sa ei ela ainult ühte elu. Sa võid elu jooksul pidada mitut ametit, teha karjääripöördeid, elada erinevates riikides ja olla eri hetkedel erinev inimene.

See, mida sa valid täna, ei lukusta sind igaveseks üheks versiooniks iseendast. Enamik valikuid ei ole lõplikud. Aga peaaegu alati on lõplik see, kui sa ei luba endal üldse valida. Ja isegi siis, kui ühel hetkel saad aru, et see tee ei sobi, on sul alati õigus peatuda, suunda muuta ja proovida midagi muud.

See ei tähenda, et sa eksisid. See tähendab, et sa õppisid.

- Sa ei pea kogu oma elu üle praegu otsustama.
- Enamik valikuid ei ole lõplikud.
- Piisab, kui valid järgmise sammu, mis õpetab midagi uut.
- Sa võid elu jooksul elada mitu erinevat elu.
- Kui miski ei sobi, on sul alati õigus midagi muuta.

On oluline, et hoiaksid seda tabelit käepärast, sest me kõik õpime enda kohta pidevalt midagi juurde. Kui see juhtub, saad tabelit jooksvalt täiendada. Kui seda aktiivselt teed, tekib sulle väga põhjalik isiklik SWOT analüüs, mida saad ära kasutada nt. töövestlustel, karjäärivalikute tegemisel vms. Püüa igasse lahtrisse mõelda niipalju märksõnu kui võimalik. Vastused võivad olla eluülesed, mitte ainult karjääri või kooliga seotud. Kirja võid panna nii väikesed detaile kui ka laiemaid oskusi, mis sul on.

## KUIDAS TEHA ELUVALIKUID, MIS SIND EDUNI VIVAD?

Ühel hetkel jõuab see küsimus peaaegu kõigini.  
MIS EDASI? MIDA VALIDA? KUHU MINNA?

Äkitselt tundub, et valikuid on palju, aga enesekindlust vähe. Kõik justkui ootavad, et sa teaksid vastust. See on iseseisvumise alguses täiesti normaalne.



Jälgi sotsiaalmeedias @eluksvalmis, kui soovid rohkem eluks valmis oleku nippe ja praktilisi soovitusi.

## ISIKLIK SWOT ANALÜÜS

NÕRKUSED

TUGEVUSED

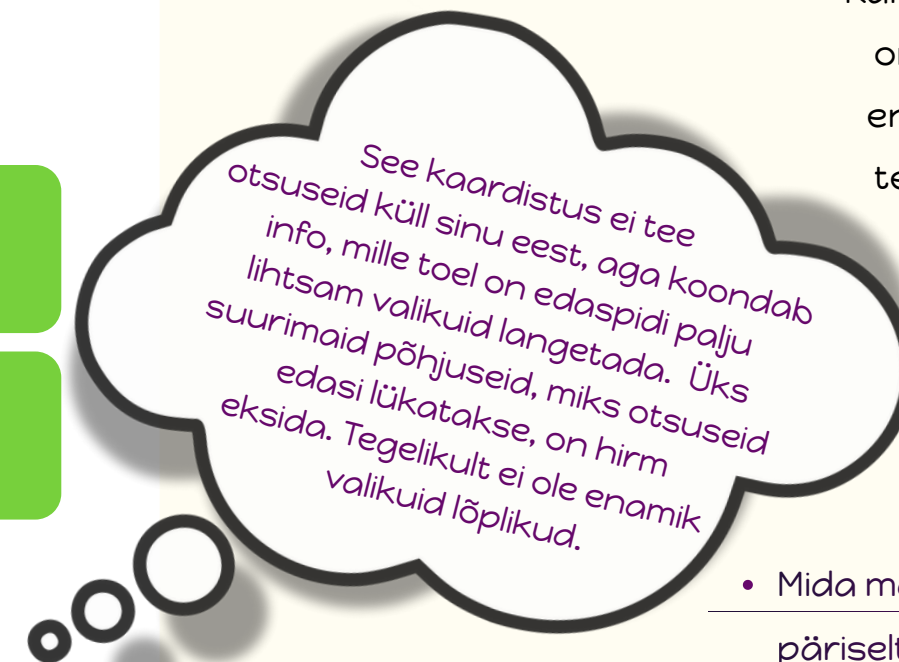
VÕIMALUSED

OHUD

## ALUSTUSEKS

Enne kui hakata midagi valima, tasub korraks peatuda ja vaadata pilti laiemalt. Kuidas seda teha? Siin on 4 tööriista, mida soovime noortele, kes on oluliste eluotsuste lävel (nt. kooli- või karjäärivaliku, kolimise, sõprade või mõne harjumusega seoses).

Paljud arvavad, et edu tuleb ühest „õigest“ otsusest. Tegelikult tuleb see pigem oskusest proovida ja vajadusel suunda muuta ning otsustada. See on nagu ring, mis pidevalt kordub.



## TEE OMA MÕTE TESTITAVAKS

Kui sul on mõttes näiteks südamekirurgiks saada, siis alusta kõige väiksemast võimalikust viisist seda katsetada. Loomulikult sind operatsioonisaali skalpelli hoidma ei lubata, kuid proovi näiteks mõne arsti töövarjuks minna. Halvimal juhul tuleb välja, et sa kardad paaniliselt verd. Sel juhul on hea, et sa selle teada said enne 6-aastast arstiõpingute teekonda. Parimal juhul saad enesekindluse, et see maailm on sinu jaoks tohutult põnev ja huvipakkuv.

Proovi järgmist:

- Mida ma saan järgmise 3 kuu jooksul päriselt proovida?
- Kuidas ma saan aru, kas see mulle meeldib või mitte?

Sageli annab just proovimine vastuseid, mida mõtlemine ei anna.