



TARTU ÜLIKOOL

Eneseturundus

Liina Puusepp

TÜ Pärnu kolledž, lektor



Mis on isiklik kuvand?

- Eneseturundus pole sinu olemus, vaid kuvand
- Kuvand on „vaataja silmades“, see koosneb ettekujutustest, tunnetest ja hinnangutest
- Kuvand võib tekkida juba enne inimesega tutvumist



TARTU ÜLIKOOL

Kuvand ei ole sama, mis meeldivus?

Goran Ivanisevic

Pete Sampras





Kuvand ja tööalane sooritus

- tööalane sooritus ei ole alati kõige olulisem kaastöötajate jaoks
- meeskonna sooritus
- konkurents
- kuvand võib sõltuda sinu toetusest, probleemide lahendamise oskusest jms



Hea kuvandi tunnused

- Hea kuvandi hulka kuuluvad tunnused võivad organisatsiooniti olla erinevad (kultuur, valdkond)
- Kõikidel organisatsioonidel on eesmärgid, hinnatakse stabiilsust



Töösooritus

- Hea töösooritus on kõige olulisem kasumile orienteeritud väikeses ettevõttes
- Kuvand võib olla olulisem kui reaalne tööpanus
- Siiski hinnatakse töökaid ning pühendunud inimesi



Energia

- Energia on seotud innukusega, see näitab tahet, elujõudu, nooruslikkust
- tegutse energiliselt
- kõnni kiirelt, ära vea jalgu järgi
- tööle tulles liigu eesmärgipäraselt



Positiivne hoiak ja rahulolu

- Positiivne hoiak tõstab ka kaas-töötajate meeleolu ning parandab sinu kuvandit
- ära teeskle!!!
- antud organisatsioon on suurepärane töökoht



Elukestev õpe

- erialased täiendkoolitused
- tasemekoolitus
- keeleõpe
- oskuste omandamine

- valmisolek ning soov muutustega kohaneda



Eesmärgid

- Töötajatelt eeldatakse eesmärkide olemasolu ning nende poole püüdlemist
- ole tagasihoidlik
- ära halvusta konkurente



Austus

- Austus ja lugupidamine tuleb ära teenida!
- head kombed
- näita üles huvi, emotsioone
- kuula
- naerata



Täpsus

- pidev hiline mine muudab teised pahuraks
- kahjustab kuvandit - ebausaldusväärsus
- hiline mine raiskab teiste aega ning võib põhjustada nende hiline mise olulisele kokkusaamisele



Hoolitsetud välimus

- Edukad inimesed valivad teatud riietumisstiili
- Kui riietus vastab organisatsiooni normile, siis ei mõjuta see kuvandit
- Veidrad või ebatavalised riided, räpane välimus, hais
- Käitumine – kõnnak, istumisviis



Tööväline elu

- õnnelik kodu ja stabiilne pereelu
- spordi- ja kultuuriüritused
- harrastused ja saavutused

- sotsiaalne küpsus!



Hea vaimne tervis

- Hoia stressitase kontrolli all:
- vähem arusaamatusi kolleegidega
- vähem eksimusi töös
- parem ajaplaneerimine
- rohkem tööpakkumisi – võimalus valida endale sobiv töö