

## Yksilöohjaus: työnhallinta ja työssäjaksaminen

Pohdittavia asioita yksilötapaamiseen:

- Mitkä asiat ovat yllättäneet tk-työssä?
- Miltä näyttää ohjattavan työlistaa? Tuleeko ylitöitä?
- Pitääkö kaikki labratulokset käydä läpi tarkasti?
- Pitääkö kaikki sanelut tarkistaa vai voiko valikoida?
- Miten voi välttää tuplatyön tekemistä?
- Miten voi hyödyntää tiimityötä?
- Miten voisi paremmin luottaa muiden työntekijöiden ammattitaitoon?
- Usein ei ole yhtä ainoaa tapaa toimia!

Työssäjaksamista tukevat tekijät:

- töissä riittävä tuki, olosuhteet, ajanvarauskirja...
- kotona riittävästi aikaa perheen kanssa, harrastukset, liikunta...