

## Ryhmäohjaus: Ajankäyttö, työnhallinta

Tavoite: Stressin väheneminen ja jaksamisen paraneminen

Työskentelytapa:

Ryhmässä keskustellen, jaetaan omia kokemuksia ja saadaan vertaistukea. Käydään läpi potilastapausesimerkkejä ja pohditaan niitä yhdessä. Korostetaan ja pyritään nostamaan esiin yksilöiden vahvuuksia, ei heikkouksia.