

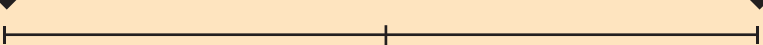
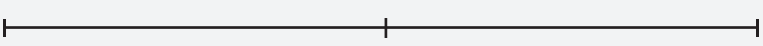
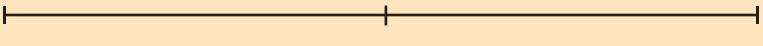
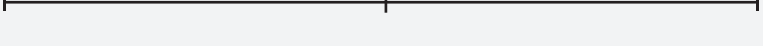

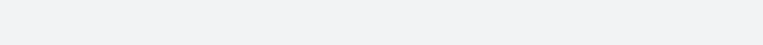

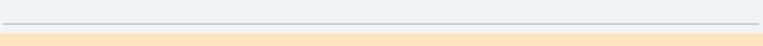
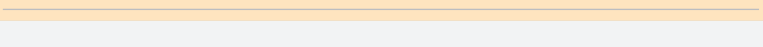

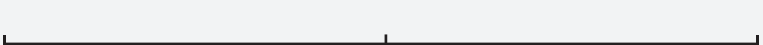
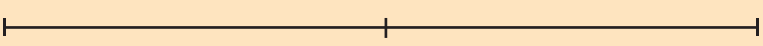
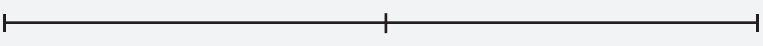




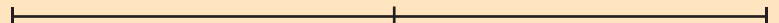


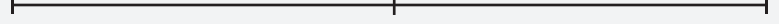
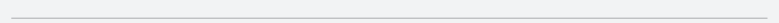




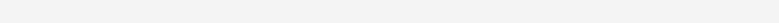
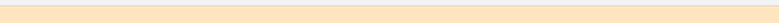
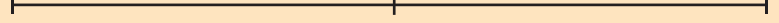

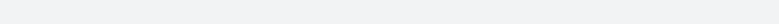
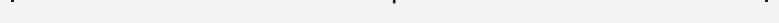
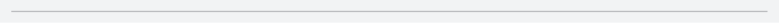








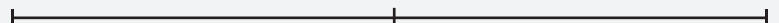
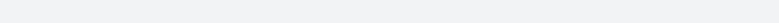
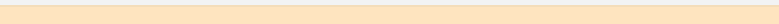
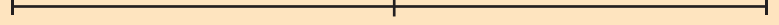

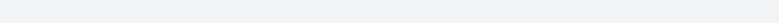
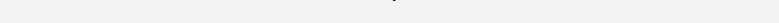
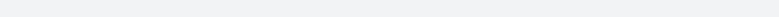



Tätä vastauslomaketta käytetään ammatillisessa kuntoutuksessa. Pohdi mihin asioihin haluat paneutua, jotta voit aloittaa opiskelun, hakea töihin tai pysyäksesi työkykyisenä. Arvioi onko sinulla vaikeutta kysymyksessä mainitulla alueella ja merkitse viiva sopivaan kohtaan kutakin janaa. Merkitse myös toivoisitko muutosta kyseiseen asiaan omalla kohdallasi rastittamalla janan vieressä oleva **kyllä** tai **ei** -ruutu.

Päivämäärä: _____

Nimi:	Tässä asiassa minulla...		Toivoisin tähän muutosta	
	 ... on runsaasti vaikeuksia	 ... ei ole lainkaan vaikeuksia	kyllä	ei
1. Rentoutuminen			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Vastuu, stressi ja kriisitilanteet			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Useat tehtävät samanaikaisesti			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Keskustelu			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Fyysinen rasitus, ponnistelu, väsyminen			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Joustava ongelmanratkaisu työssä			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Ajanhallinnan suunnittelu			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Sosiaaliset pelisäännöt työssä			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Palkallinen työ			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Uni			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Keskittymiskyky			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Muisti			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Tunne-elämä			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Päätösten tekeminen			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Tässä asiassa minulla...	Toivoisin tähän muutosta
	 ... on runsaasti vaikeuksia  ... ei ole lainkaan vaikeuksia 	kyllä ei
15. Vapaaehtoistyö	  	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
16. Oppiminen ja tiedon soveltaminen työssä	  	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
17. Sanaton viestintä	  	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
18. Päivittäin toistuvat tehtävät työssä	  	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
19. Motivaatio	  	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
20. Työn hakeminen	  	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
21. Kipu	  	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

Voimavarat ja ympäristön tuki	 ... toivoisin enemmän tukea  ... saan paljon apua ja tukea 	Toivoisin tähän muutosta
		kyllä ei
22. Esimies / Organisaatio	  	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
23. Lähipiiriltä tai työtovereilta saatu tuki	  	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
24. Työntekoa helpottavia välineitä	  	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

Työkykyni tällä hetkellä asteikolla 1–10: _____

Olen tyytyväisin kohtiin: _____

Toivon eniten muutosta kohtiin: _____

Suurin tavoitteeni työssä / opiskelussa: _____