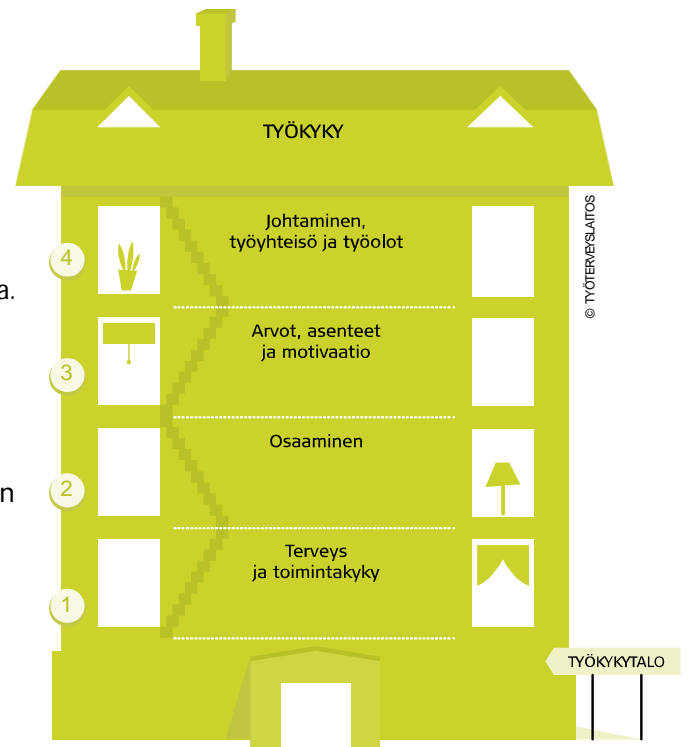


Työkaarikeskustelulomake

Eri-ikäisten työkykyä ja työssä onnistumista työuran kaikissa vaiheissa rakennetaan hyvällä johtamisella ja jaetulla vastuunotolla. Tämä edellyttää esimiesten tietoisuuden lisääntymistä eri-ikäisten tarpeista ja työntekijöiden sitoutumista oman osaamisen ja työkyvyn ylläpitämiseen. Yhteisen ymmärryksen aikaansaamiseksi tarvitaan keskustelua ja konkreettisten toimenpiteiden yhteistä suunnittelua. Työkaarikeskustelulomake on työkalu toimenpiteiden laatimiseksi /suunnittelemiseksi.

Työkaarikeskustelussa tarkastelussa on työ, jota henkilö tekee. Pohtikaa työntekijän tuen tarvetta niin työn vaatimusten kuin voimavarojen näkökulmasta. Kiinnittäkää huomiota myös työntekijän motivaatioon ja siihen vaikuttaviin tekijöihin.



Pohtikaa seuraavien kysymysten avulla miten työntekijän työkykyä voidaan ylläpitää ja tukea työpaikalla:

KERROS 1: Kuinka kuormittavaksi fyysisesti ja henkisesti koet työsi?

Millaisia muutostarpeita sinulla on liittyen eri työtehtäviin, -vaiheisiin ja/tai -järjestelyihin?

KERROS 2: Tarvitseeko osaamisesi kehittämistä nykyisessä työssäsi? Entä tulevaisuudessa?

Miten haluaisit kehittää ammattitaitoasi? Miten haluaisit jakaa osaamistasi?

KERROS 3: Millaisia työhön liittyviä tavoitteita sinulla on? Miten nämä toteutuvat nykyisessä työtehtävässäsi?

Mitkä asiat motivoivat sinua työssäsi? Miten sinulle tärkeitä asioita voisi lisätä työhösi?

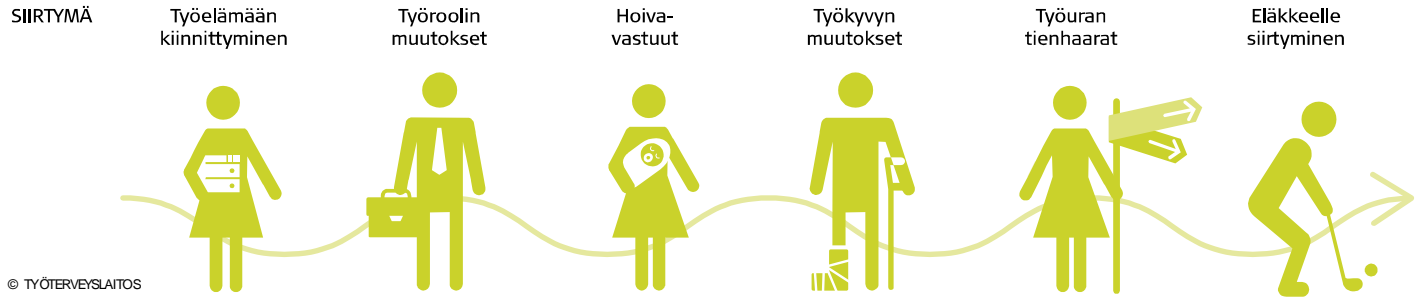
KERROS 4: Miten työolot, kuten työympäristö ja työkalut tms. vaikuttavat työssä suoriutumiseen?

Miten työyhteisö vaikuttaa työsi tekemiseen?

Minkälaista tukea toivoisit esimieheltäsi?

Työkykyyn vaikuttaa myös työn ja työn ulkopuolisen elämän yhteensovittaminen. Tämä tarkoittaa perheeseen ja vapaa-aikaan liittyviä asioita. Miten työn ja muun elämän yhteensovittaminen tällä hetkellä onnistuu? Miten tasapainoa pystyisi parantamaan?

Työkaaren aikana työntekijä käy läpi useita siirtymiä, joissa tuen tarve vaihtelee.



Mikä tai mitkä siirtymät ovat sinulle ajankohtaisia nyt? Entä lähitulevaisuudessa?

Minkälaisia suunnitelmia tai toiveita sinulla on tähän työkaaren vaiheeseen liittyen?

Minkälaista tukea tarvitset tässä tilanteessa?

Lopuksi, pohtikaa yhdessä mihin asioihin on työkyvyn ja työssä onnistumisen kannalta tärkeää kiinnittää huomiota. Kirjatkaa tähän tärkeysjärjestyksessä 1-3 tärkeintä toimenpidettä, joita lähdetään toteuttamaan:

TOIMENPIDE	KUKA VASTUUSSA?	TAVOITEAIKATAULU	TOTEUTUMISPÄIVÄ
1.			
2.			
3.			