



Keskustelukysymykset työpaikalle

Hyvän loman eväät

Ennen lomalle lähtöä on hyvä pysähtyä tarkastelemaan omaa työtä ja elämää yleensä. Kysymykset/vinkit auttavat varmistamaan, että kesä virkistää ja saat potkua loman jälkeiseen aikaan. Kysymyksiin liittyy Työn iloa! -musiikkivideo, jonka voit katsoa osoitteessa <http://www.sykettatyohon.fi/fi/teemat/hyvan-loman-evaat>.

1. Hoida keskeneräiset ja muuten mieltä askarruttavat työt hyvissä ajoin ennen lomaa. Mutta muista, että "maailmaa ei tarvitse saada valmiiksi"!
2. Pysähdy hetkeksi miettimään, mitkä asiat tuottavat sinulle työn iloa ja iloa elämässä yleensä. Valitse molemmista kolme tärkeintä.
3. Tarkastele omaa elämäntilannettasi "uusin silmin": mihin asioihin olet tyytyväinen ja mihin kaipaat muutosta. Voit käyttää apuna [Pieni kirja minusta -työkirjaa](#).
4. Kirjaa ylös asiat ja asenteet
 - a. joista haluat luopua
 - b. joita haluat vahvistaa
 - c. joita haluat kehittää itsessäsi/työyhteisössäsi.
5. Anna ajatusten kypsyä loman aikana. Palaa töiden alettua rauhassa listaan, ja mieti miten saat iloa tuottavat asiat mukaan työn arkeen.

Hyvää lomaa!

[Sykettätyöhön.fi](#)-palvelu auttaa onnistumaan! Tutustu maksuttomaan palveluun.