

# Min arbetsvardag idag

Innan ni sätter igång det gemensamma arbetet är det bra att först själv ha tänkt igenom frågeställningarna. Då blir det lättare att komma igång med diskussionerna i gruppen. Dessutom säkerställer du att det som just du tycker är viktigt kommer upp på bordet.

Tänk igenom vad du tycker fungerar bra på arbetsplatsen idag, vad som inte fungerar och vad du tror skulle behövas för att göra det bättre. För att svara på frågorna kan du se tillbaka på eller göra det första steget i det individuella programmet.

Kommer du på sådant du vill (och kanske bör) ta upp i ett enskilt samtal, med din chef eller någon annan, kan du anteckna det på sidan 40 Egna anteckningar.

## Vad uppskattar du på arbetsplatsen och med arbetet idag?

Beskriv hur det påverkar dig. Vilka känslor ger det?  
Hur påverkar det din arbetsprestation och ditt välmående?

**Vilka hinder finns för en god arbetsmiljö?**

**Vilka risker finns för ohälsa?**

Beskriv hur det påverkar dig/er. Vilka känslor ger det?

Hur påverkar det arbetsprestation och välmående?

**Vilka är dina idéer till förändringar?**

Beskriv hur det skulle göra skillnad för dig/er.

Vilka känslor skulle det ge?

Hur skulle det påverka arbetsprestation och välmående?