



Tietotyön parissa työskentelevien asiantuntijoiden työarki vaatii jatkuvaa tiedon ja ajanhallintaa. Nämä vaatimukset kuormittavat aivoja aktiivisesti ja ovat lisäämässä riskiä työuupumuksen syntyyn.

Kehittämäni SOHAISE-arviointityökalu (helppokäyttöinen excel) toimii tiedonkeruumenetelmänä itseohjautuville tiimeille esihenkilöiden johdolla. **Arvioinnin tarkoituksena on tukea kognitiivista jaksamista tietotyössä ja ennaltaehkäistä liiallisen aivokuormituksen syntyä.** SOHAISE-arviointi keskittyy seuraaviin osa-alueisiin: työn suunnittelu, työssä oppiminen, työn hallinta, työstä koettu arvostus ja vallitseva ilmapiiri, työn selkeys ja tulevaisuuden ennakointi.

| Tarkastelupiste     | Sisältää                                                                |
|---------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| <b>S</b> uunnittelu | <b>Työn tärkeysasteen määrittäminen ja aikataulutuksen toteutus.</b>    |
| <b>O</b> ppiminen   | <b>Sopivan kokoiset työn vastuut sekä työmäärät.</b>                    |
| <b>H</b> allinta    | <b>Oikea-aikainen työmateriaali ja työn joustavuus.</b>                 |
| <b>A</b> rvostus    | <b>Kiitoksen sanominen ja positiivisen palautteen antaminen.</b>        |
| <b>I</b> lmapiiri   | <b>Erilaisten toimintatapojen ymmärrys ja yhteisöllinen huolenpito.</b> |
| <b>S</b> elkeys     | <b>Rajatut vastualueet ja työsuoritteiden laadun hallinta.</b>          |
| <b>E</b> nnakointi  | <b>Tulevaisuutta tarkasteleva työote ja tiedon jakaminen.</b>           |

Säännöllisesti toteutettuna, esimerkiksi kuukausittaisen one-to-one keskusteluiden yhteydessä, **SOHAISE -arviointi tarjoaa erittäin tarpeellista ja ajantasaista tietoa esihenkilöille mahdollistaen tilanteisiin puuttumisen yhdessä tiimijäsenen kanssa.**

### **Haluatteko kuulla lisää?**

Voitte tilata ilmaisen SOHAISE-arviointityökalun käyttöönnne ja siihen liittyvän opastuksen ottamalla yhteyttä [www.hyvaku.fi](http://www.hyvaku.fi) sivuilta löytyvän yhteydenottolomakkeen kautta.