



## Kehitä aivotyötä opetuslalla: Tarkistuslista 4

# Työntekijänä otan käyttöön aivotyön hyvät toimintatavat

Tämä tarkistuslista on tarkoitettu työntekijöille.

Tarkistuslistan kysymysten tavoitteena on herättää ajatuksia ja keskustelua aivotyön kehittämisen onnistumisen edellytyksistä ja keinoista. Kirjatkaa pohdinnan ja keskustelun lomassa lyhyesti muistiin ajatuksia, tämänhetkistä tilannetta, toimintatapoja, kehittämistarpeita ja jatkoaskeleita. Listat ja kirjaukset auttavat jäsentämään asioita ja ylläpitämään pitkäjänteistä kehittämisprosessia.

<b>Miten sujuvoitan omaa aivotyötäni?</b>	<b>Miten olet toiminut? Miten olisi hyvä toimia jatkossa?</b>
Millä tavoin hyödynnän kalenteria oman työni suunnittelussa?	
Miten toimin, jotta voin keskittyä yhteen asiaan kerrallaan?	
Muistanko pitää palauttavia taukoja työpäivän aikana?	
Rauhoitanko vapaa-ajan palautumiselle? Enhän avaa konetta iltaisin?	