

Individuell oppgave til fagøkta om omsorgstrøtthet:

Oppgave 1:

Skriv ned noen ting du er takknemlig for i hverdagen, både på jobb og fritiden:

-
-
-
-
-

Oppgave 2:

Grensesetting og prioriteringer. Hva trenger du i din arbeidshverdag?

- *Kan du sette grenser eller prioritere selv?*
- *Hva trenger du av lederen din og hva trenger du av kollegaene dine?*

