

Esimerkkejä kuntoutumisesta Työkykyä yhdessä -hankkeeseen osallistuneiden omalla etenemispolulla

Työkyvyn kohentuminen

"Olen hakeutunut koulutukseen ja saanut prosessin myötä vahvistusta uudesta uravalinnastani. Olen saanut ohjausprosessista konkreettisia työvälineitä työstää tilannettani."

"Olen palaamassa työterveysneuvottelun kautta takaisin omaan työhöni. Aluksi osasairaspäivärahan turvin."

Työelämäsuhteen selkiytyminen

"Osallistumisella oli vaikutuksia. Ryhdyin selvittämään työvoimatoimiston urasuunnittelun kautta erilaisia työmahdollisuuksia sekä päätin hakea Kelan kuntoutuspalvelukseen. Yksilötapaamiset tukivat omaa hyvinvointia monipuolisesti."

"Olen selvittänyt monelta taholta tilannettani ja osittain asiat ovatkin selkiytyneet. Olen saanut ohjauksesta paljon ideoita työtilanteeni suhteen."

"Osallistuminen on vahvistanut omaa ajattelua siitä, että mitä se työelämä on itselle."

"Hankkeen toimintamenetelmät (Kykyviisari) ovat tehneet muutokset näkyviksi ja hämmästyin suuria numeroita. Se motivoi eteenpäin. Tunnen parantuneena olona. Ohjaukset ovat olleet eteenpäin vieviä. Olen saanut vinkkejä ja ohjaus on ollut siinä tukena."

"Olen sitoutunut tekemään muutoksia, jotka vaikuttavat arkeani onnellistuttavasti. Tunnen myös, etten ole yksin oireideni kanssa, kun niistä saa puhua ymmärtävässä ilmapiirissä, ne pienenevät."

"Koen, että pystyn vaikuttamaan itse asioihin."

"On ollut hyvä kuulla, miten muiden tilanteet ovat edenneet, mutta eniten ehkä vaikutusta on ollut sillä, että on voinut osallistua konkreettisesti johonkin, jolla on toivottavasti myös vaikutusta!"

Toimintakyvyn parantuminen

"Ryhmätoiminta auttoi saamaan kehityksen sille, mikä on oman hyvinvoinnin kannalta tärkeää."

"Olen aktivoitunut hakeutumaan myös muihin verkkoryhmiin ja muun tuen piiriin."

Toimijuuden vahvistuminen



Työkykyä yhdessä