

Työn ylipursuaminen

Työn ylipursuamisen taustalla olevat syyt on tärkeä selvittää, jotta niihin voidaan puuttua. Tämä edellyttää sekä organisaation rakenteiden ja käytäntöjen arviointia että yksilön omien toimintatapojen kriittistä tarkastelua.

TYÖN MÄÄRÄ
Mitä on liiallisen
työmäärän taustalla?

TYÖN SISÄLTÖ
Mitä on mahdollisten
epäsopivien tai turhien
tehtävien taustalla?

**TYÖN SEKOITTUMINEN
MUUHUN ELÄMÄÄN**
Mitä on työstä
irrottautumisen
haasteiden taustalla?

Yhteiskunnallisiin tekijöihin, kulttuuriin arvostuksiin tai toimialan käytäntöihin liittyvät tekijät

Organisaatiokulttuuriin, johtamiseen ja työn organisointiin liittyvät tekijät

Yhteistyötahoihin tai kollegoihin liittyvät tekijät

Omaan toimintaan liittyvät tekijät