



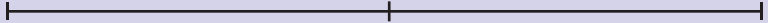



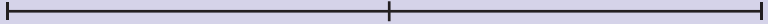








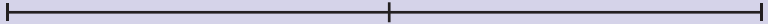




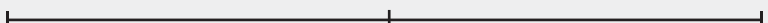

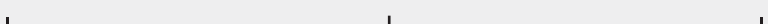



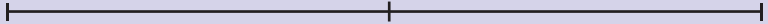




Päivämäärä: _____

- a) Arvioi, onko sinulla vaikeuksia kysymyskortissa mainitulla osa-alueella ja merkitse viiva sopivaan kohtaan kutakin janaa.
 b) Merkitse lisäksi, toivoisitko muutosta kyseiseen asiaan omalla kohdallasi rastittamalla sopiva kohta.

	Tässä asiassa minulla...		Toivoisin tähän muutosta kyllä ehkä ei
	 ... on runsaasti vaikeuksia	 ... ei ole lainkaan vaikeuksia	
1. Sosiaaliset taidot			<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
2. Digitaaliset taidot			<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
3. Keskittymiskyky			<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
4. Muisti			<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
5. Suunnitelmallisuus			<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
6. Ajanhallinta			<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
7. Keskustelu ryhmässä			<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
8. Muutosten sietäminen			<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
9. Lukeminen			<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
10. Kirjoittaminen			<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
11. Laskeminen			<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
12. Uni ja vuorokausirytmä			<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

	Tässä asiassa minulla...	Toivoisin tähän muutosta
	 ... on runsaasti vaikeuksia  ... ei ole lainkaan vaikeuksia 	kyllä ehkä ei
13. Kyky rentoutua		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
14. Opiskelu		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
15. Mieliala		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
16. Puheen tai luetun ymmärtäminen		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
17. Itsetunto		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
18. Päivittäiset rutiinit		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
19. Työelämässä selviytyminen		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
20. Aloitteellisuus		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

Voimavarat ja ympäristön tuki	 ... toivoisin enemmän tukea  ... saan paljon apua ja tukea 	Toivoisin tähän muutosta
		kyllä ehkä ei
21. Oppilaitos/työnantaja		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
22. Lähipiiri		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
23. Oppimisen apuvälineet		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

Eniten olen tyytyväinen kohtiin (valitse enintään 3 kohtaa):

Eniten toivon muutosta kohtiin (valitse enintään 3 kohtaa):