

Kontrol, indflydelse og ikke kontrol

Kontrol	Indflydelse	Udenfor kontrol
Mad/ikke mad Vilje Aktiviteter Struktur Nej	Selvrespekt/bede om hjælp Glæde Tanker Privatliv Arbejdsliv Ro Overskud Prioriteter Dårlige vaner Søvn Bekymringer Passe på selv uddelegering af opgaver Løn Kunder Ansvar Indsats Familie Arbejdsmiljø Pauser Arbejdstid Arbejdsgang i hverdagen Intimitet	Sygdom Kommunen Økonomi Det uventede Følelser Stresshjernen Sanser Arbejdssituation (bekymringer, søvn) Pauser Overenskomst Løn Lovgivning Sult Kunder Sex Kollegaer Leder Tilknytning Arbejdsvilkår Mødepligt