



Hoe is het NU?

Jouw loopbaan APK.

De onderstaande stellingen geven je een quick-scan over hoe jij nu je werk ervaart. Het gaat niet om een goed of fout. Het gaat om jouw ervaring op dit moment. Het zijn 10 vragen. Het kost je ongeveer 3 minuten. Lees de stelling met aandacht en reageer vanuit je eerste gedachten. Vul aan het einde de evaluatie in.

1) De inhoud van mijn werk is helemaal wat ik graag wil doen

Totaal meer oneens

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Totaal mee eens

2) Ik doe niks in mijn werk wat ik niet leuk vind

Totaal mee oneens

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Totaal mee eens

3) Mijn werktijden sluiten helemaal aan bij wat ik wil

Totaal mee oneens

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Totaal mee eens

4) Mijn werkdagen sluiten helemaal aan bij wat ik wil

Totaal mee oneens

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Totaal mee eens

5) Mijn werkplek past precies bij mijn behoefte aan een werkplek

Totaal mee oneens

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Totaal mee eens



Hoe is het NU?

6) De mensen met wie ik werk zou ik zelf ook uitkiezen

Totaal mee oneens

Totaal mee eens

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

7) Mijn leidinggevende is precies de leidinggevende die ik nodig heb

Totaal mee oneens

Totaal mee eens

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

8) De manier waarop ik werk past helemaal bij mij

Totaal mee oneens

Totaal mee eens

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

9) De reden waarom ik werk (geld/status/ontwikkeling/bijdrage) matcht helemaal met het werk dat ik nu doe

Totaal mee oneens

Totaal mee eens

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

10) Als ik nu zou worden ontslagen dan wil ik precies hetzelfde werk doen als dat ik nu heb

Totaal mee oneens

Totaal mee eens

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----



Hoe is het NU?

Evaluatie:

Goed dat je je deze loopbaan APK hebt ingevuld.

Om zicht te krijgen op jouw werkervaring vragen wij je om de scores bij elkaar op te tellen en deze te delen door 10. Je krijgt dan je gemiddelde cijfer.

Mijn gemiddelde score is?

...

Wat vind jij van deze gemiddelde score? Wordt je daar blij van, ben je verbaasd of wordt je sip, verdrietig of juist heel erg gelukkig? En waarom?



.....
.....
.....
.....
.....
.....

Als je niet tevreden bent met je score, welke score zou je liever gemiddeld willen hebben? Getal ... Waarom?

.....
.....
.....
.....
.....
.....



Hoe is het NU?

Bekijk nu iedere vraag apart. Zijn er nog uitschieters (7 of hoger en 3 of lager). Wat valt je daarbij op?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ik kan concluderen dat;

- 1) mijn werk op dit moment geen energielekken heeft.
- 2) mijn werk wel een energielek heeft en dat ik verwacht deze zelf op te kunnen lossen.
- 3) mijn werk wel een energielek heeft en dat ik daar geen last van heb.
- 4) ik wel een energielek voel, maar dat dat niet binnen mijn werk is.
- 5) ik wel degelijk een energielek ervaar in mijn werk en ik wil hier iets aan doen.

Is er nog wat werk aan de winkel, ga hierover in gesprek met je leidinggevende of met een loopbaancoach.

Wil je overleggen wat ik voor je kan betekenen? Mail mij op marlies@altijdleukwerk.nl of bel mij op 06 246 14 246