

Sam Example



Hoe beleef je je werk?

De meeste mensen functioneren het best en beleven het meeste plezier aan hun werk wanneer er evenwicht is tussen de eisen die aan hen gesteld worden (bijvoorbeeld werktempo en complexiteit) en hun belastbaarheid (o.a. veerkracht, regelmogelijkheden en de steun vanuit je omgeving). Hoe zit dat bij jou?

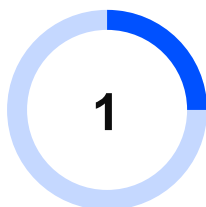
Je hebt een vragenlijst ingevuld met vragen over je werkbeleving. Hierbij is ingegaan op je ervaringen in het werk en je ideeën over de organisatie.

In dit rapport vind je een samenvatting van je scores op basis van je antwoorden. Hieronder is je algemene tevredenheid te vinden. Dit zegt iets over je algemene werkbeleving. Op de pagina's die volgen, lees je meer over de verschillende aspecten van werkbeleving waarover je vragen hebt beantwoord.

Je kunt van elk onderwerp zien of er sprake is van een aandachtspunt of niet. De betekenis van de scores is als volgt:

1. Belangrijk aandachtspunt
2. Aandachtspunt
3. In orde
4. Prima in orde

Hoe tevreden ben je?



WEINIG
TEVREDEN

Tevredenheid

Tevredenheid in het werk is belangrijk. Mensen die tevreden zijn met hun werk, gaan met plezier naar hun werk en behalen betere resultaten. Je lijkt ontevreden met je huidige werksituatie. Wanneer je niet tevreden bent met je werk, is het van belang uit te zoeken wat de oorzaak is en er vervolgens iets aan te doen. Bespreken met iemand die invloed heeft op je werksituatie, zoals je leidinggevende, is daarbij een belangrijke stap.

Hoe voel je je in het algemeen?

Positieve gevoelens

Positieve gevoelens met betrekking tot het werk wijzen op werkplezier, zich prettig voelen op het werk. Negatieve gevoelens op het werk of ten aanzien van het werk zijn een signaal dat er iets aan de hand is. Jij zit duidelijk niet lekker in je vel; je voelt je vaak futloos of somber. Mogelijk is ontevredenheid met je werk daarvan de oorzaak.

**BELANGRIJK
AANDACHTSPUNT**

Stress

Gevoelens van stress worden vaak als onplezierig ervaren. Toch is af en toe wat stress niet te vermijden en ook niet onoverkomelijk. Maar als de ervaren stress langdurig zeer hoog is, is het tijd om hierop actie te ondernemen. In je werk heb je totaal geen last van stress. Misschien is er zelfs sprake van te weinig spanning; in dat geval zou je om iets meer taken of verantwoordelijkheden kunnen vragen.

PRIMA IN ORDE

Veerkracht

Gevoelens van leegte, geestelijke uitputting en zich opgebrand voelen wijzen erop, dat iemands veerkracht sterk verminderd is. Wanneer hiervan sprake is, is dit een serieus te nemen waarschuwing. Jij ervaart deze gevoelens gelukkig niet of nauwelijks.

PRIMA IN ORDE

Wat vraagt energie?

Werkdruk

Je ervaart erg weinig werkdruk. Je vindt dat je niet veel werk hoeft te doen en weinig verantwoordelijkheid hoeft te dragen. Een zekere werkdruk hoort doorgaans bij het werk. Toch zullen veel werknemers zich niet prettig voelen wanneer de werkdruk als te hoog ervaren wordt of te lang aanhoudt; dan is het zinvol te kijken naar mogelijkheden om de druk te verminderen. Echter, ook te weinig werkdruk kan tot problemen leiden. Meer taken of verantwoordelijkheden krijgen kan in dat geval het werkplezier en productiviteit vergroten. Wanneer je eigenlijk meer zou willen doen, kun je daarover praten met je leidinggevende.

PRIMA IN ORDE

Balans werk-privé

Over de balans tussen je werk en je privéleven ben je redelijk tevreden. Het één gaat meestal niet ten koste van het ander. Meestal lukt het je wel om je tijd goed te verdelen of om de juiste prioriteiten te stellen. Wanneer je een balans ervaart tussen werk en privé draagt dat bij aan je werktevredenheid.

IN ORDE

Overeenstemming

Je vindt dat je werk en je werkomgeving niet goed bij je passen. Je interesses, talenten en wensen wat betreft je werk liggen op een ander vlak. Wanneer je interesses, talenten en wensen goed overeenstemmen met je functie-inhoud, zal dat bijdragen aan je werkplezier. Omdat dit bij jou niet het geval is, is het verstandig je te oriënteren op een andere invulling van je werk, of een andere functie.

**BELANGRIJK
AANDACHTSPUNT**

Hoe ga je met deze energievreter(s) om?

Regelmogelijkheden

Je vindt dat je te weinig mogelijkheden hebt om je werk zo te regelen en te organiseren als jij dat wilt. Als dat mogelijk is binnen de functie, zou je daarin graag meer vrijheid krijgen. Dat zal je werkplezier vergroten.

**BELANGRIJK
AANDACHTSPUNT**

Goede sociale relaties met collega's

Goede sociale relaties op het werk worden vaak als zeer waardevol ervaren. Andersom kan het ontbreken van onderlinge steun en loyaliteit een zeer negatief effect hebben op je werkplezier. De relatie met je collega's ervaar jij als positief. Er is onderlinge steun en loyaliteit. Je voelt je prettig binnen je afdeling of binnen de organisatie als geheel.

IN ORDE

Altruïsme

Met altruïsme wordt in dit verband bedoeld dat de werknemer iets doet voor collega's, zonder daar iets voor terug te verlangen. Wanneer iemand dit niet doet, kan dat wijzen op een negatieve werksfeer en een slechte band met collega's. Jij doet in je werk bijna nooit iets voor collega's of anderen in je werkomgeving. Mogelijk komt dit door de werkdruk of door de inhoud van je functie. Maar het kan ook zijn dat je een slechte relatie hebt met je collega's.

**BELANGRIJK
AANDACHTSPUNT**

Hoe betrokken ben je bij je organisatie?

Betrokkenheid

Je voelt je weinig betrokken bij het bedrijf waar je werkt. Je voelt je er niet op je plek. Mensen die zich niet op hun plek voelen, zijn vaak ook ontevreden over hun werk. Je betrokken voelen bij het bedrijf en je er op je plek voelen heeft invloed op de werktrouw en loyaliteit. Loyale werknemers blijven langer en zijn vaak meer gedreven in hun werk.

**BELANGRIJK
AANDACHTSPUNT**

Imago

Het imago van de organisatie ervaar je als slecht. Je hebt de indruk dat de meeste mensen weinig positief denken over de organisatie. Hoe de buitenwereld denkt over de organisatie kan ook van invloed zijn op jouw werktevredenheid. Aan het imago van de organisatie is natuurlijk niet zomaar iets te doen. Maar het hangt ook af van jouw eigen gevoel daarbij. Zou je liever werken voor een organisatie met een goed imago? Of maakt dat voor jou niet zo veel uit?

**BELANGRIJK
AANDACHTSPUNT**

Intentie tot vertrek

Blijkbaar heb je het gevoel dat je in je functie en binnen de organisatie goed op je plaats bent. Jij bent totaal niet van plan de organisatie te verlaten.

PRIMA IN ORDE

Tot besluit

Lees het rapport kritisch. Als je een conclusie herkent, probeer dan voor jezelf na te gaan: welke acties moet je ondernemen om je werkbeleving te verbeteren of juist zo te houden?

Het kan ook zijn dat je je niet herkent in de conclusies. Wat in dit rapport staat is weliswaar op jouw eigen antwoorden gebaseerd, maar het kan toch iets anders liggen dan zoals het beschreven staat. Probeer dan voor jezelf te bedenken, het liefst aan de hand van concrete voorbeelden, hoe jij er wat betreft je werkbeleving voorstaat.

Op zoek naar advies?

Het kan heel nuttig zijn hier eens met anderen over te spreken: vrienden, collega's, je leidinggevende, de HRM-adviseur van de organisatie waar je werkt, of een adviseur van buiten de organisatie. Zij kunnen je eventueel ook helpen als je iets wilt veranderen. Is alleen bespreken niet genoeg, denk dan eens aan het inschakelen van een coach.

En nu?

Nu begint het natuurlijk pas. Tijd voor actie! Want je werkbeleving is belangrijk, je prettig voelen in je werk zorgt voor energie en vitaliteit in je werk. Maak dus op basis van dit rapport een actieplan voor jezelf.