



# Werkplezier Scan

Check of jij werkplezier ervaart!

Per element van werkplezier staan 4 checkvragen weergegeven.

Beantwoord de checkvragen met ja of nee en ga na of jij nog voldoende werkplezier ervaart!

## Element 1: Werk-privé balans

### Checkvragen voor werk-privé balans

- a) In mijn werk heb ik een goede balans tussen inspanning en ontspanning gevonden
- b) Ik heb voldoende energie om mijn werk goed uit te voeren
- c) Na een dag werken heb ik nog energie om thuis dingen te doen
- d) Ik heb regie over mijn werk/ privé

## Element 2: Autonomie

### Checkvragen voor autonomie

- a) Ik krijg de ruimte om in mijn werk eigen keuzes te maken
- b) Ik ervaar vertrouwen van mijn leidinggevende in het werk wat ik doe
- c) Ik vertrouw vooral op mijn eigen kracht
- d) Ik neem en krijg de verantwoordelijkheid voor mijn werk

## Element 3: Bijdrage leveren

### Checkvragen voor bijdrage leveren

- a) Ik heb het gevoel dat mijn werk er toe doet
- b) Ik leef vanuit de waarden die ik belangrijk vind
- c) Ik heb het gevoel dat ik een bijdrage lever aan de doelstellingen van de organisatie waar ik voor werk
- d) Ik zet mijn talenten voldoende in, in mijn werk

## Element 4: Waardering

### Checkvragen voor waardering

- a) Ik ervaar voldoende steun van mijn collega's en leidinggevende/opdrachtgever(s)
- b) Ik ben trots op mijn werk
- c) Ik heb een intrinsieke motivatie om mijn werk goed te doen
- d) Ik krijg het gevoel dat ik er toe doe op mijn werk

## Uitslag

### Uitslag per element

Heb je per element van werkplezier 2 of meer checkvragen met Nee beantwoord, dan betekent dit dat dit element van werkplezier voor jou onvoldoende aanwezig is.

Het is dan zaak om in te zoomen op dit element en voor jezelf te onderzoeken hoe je dit element weer meer in balans brengt.

### Uitslag alle 4 de elementen

Heb je voor 2 of meer elementen van werkplezier vaker nee dan ja gescoord dan is het tijd om voor jezelf na te gaan hoe jij je werkplezier weer kan (her)vinden.

Weet je niet zo goed hoe je je werkplezier kan vergroten, daar kan ik je bij helpen!  
Neem contact met mij op via [gabrielle@buro-blauwdruk.nl](mailto:gabrielle@buro-blauwdruk.nl) of bel via 06-40638866