







# Quickscan werkdruk

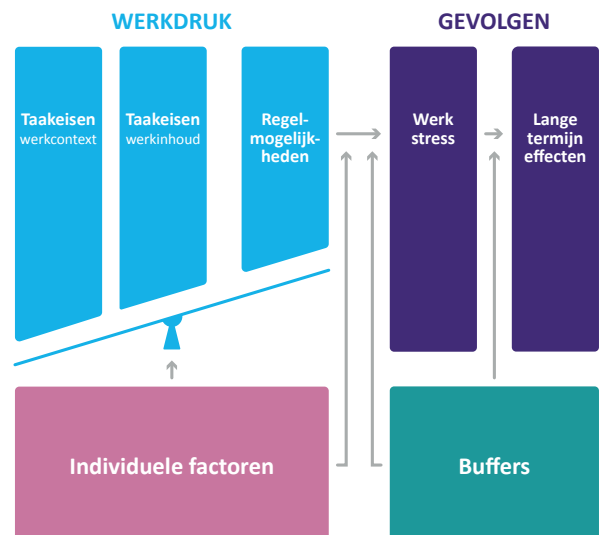
## Hoe gaat het met mijn werkdruk?



Geef met een kruisje aan hoe het met jou gaat.

-  geen probleem, het gaat goed
-  geen groot issue, maar het kan beter
-  dit kan beter

- |  |   |   |   |
|--|---|---|---|
| 1. Ik kan goed met mijn collega's overweg.               |  |  |  |
| 2. Mijn werk-privé balans is prima.                      | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   |
| 3. Ik heb invloed op het werktempo.                      | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   |
| 4. Ik kan mijn werk zelf indelen.                        | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   |
| 5. Ik word gesteund door mijn leidinggevende.            | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   |
| 6. Er is voldoende overleg.                              | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   |
| 7. Ik voel me gewaardeerd.                               | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   |
| 8. Ik kan me ontwikkelen op mijn werk.                   | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   |
| 9. Het werk is goed georganiseerd.                       | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   |
| 10. Ik moet te veel werk doen.                           | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   |
| 11. Ik moet me concentreren om mijn werk uit te voeren.  | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   |
| 12. Ik moet extra hard werken om het werk af te krijgen. | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   | <input type="radio"/>   |



### Kijk eens wat je hebt ingevuld. Welke thema's hebben aandacht nodig?

- Vragen 1 en 7 gaan over de buffers (groen)
- Vragen 3 en 4 gaan over de regelmogelijkheden (blauw rechts)
- Vragen 5, 6, 9, 10, 11 en 12 gaan over de taakeisen (blauw links)
- Vragen 2 en 8 gaan over de individuele factoren (roze)

Zet hieronder de thema's die volgens jou aandacht nodig hebben:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

### Welke actie neem jij?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

