

Checkpoint 2: Peace Of Mind

Oefening: Jouw persoonlijke voorwaarden

Wat kun jij niet missen en wat kun je dus zien als jouw belangrijkste persoonlijke voorwaarden, om optimaal in je vel te zien en ondertussen de beste prestatie te leveren?

Persoonlijke voorwaarden

- Tastbaar resultaat zien
- Uitdagende doelstellingen hebben
- Respectvolle omgang ervaren
- Een winstgerichte omgeving
- Erkenning krijgen
- Top secundaire arbeidsvoorwaarden
- Zelfstandigheid en vrijheid
- Druk op de ketel
- Overzichtelijke haalbare doelen
- Ruimte voor creativiteit
- Flexibiliteit
- Een rustige, vaste werkplek
- Toekomstperspectief, groei
- Persoonlijke ontwikkeling
- Goede beloning
- Status en openlijke waardering
- Invloed kunnen uitoefenen
- Informele, ongedwongen sfeer
- Goede band met collega's
- Duidelijk omschreven taken
- Autonomie
- Inspirerende leidinggevende
- Vernieuwing/innovatie
- Afwisseling of verandering
- Een competitieve omgeving
- Opleidingsmogelijkheden
- Persoonlijke begeleiding
- Zinvol/betekenisvol werk
- Intellectueel interessant werk
- Veiligheid
- Actieve samenwerking
- Ruime faciliteiten in werkomgeving
- Eindverantwoordelijk zijn
- Steun krijgen van anderen
- Rust, stilte
- Een stabiele basis
- Hoog gevoel van betrokkenheid
- Evenwicht tussen werk en privé
- Heldere regels en afspraken
- Open communicatie en feedback
- Anders, namelijk.....

Wat is jouw top 5, en voldoet jouw situatie hier nu aan?

Evalueer de huidige en gewenste situatie

Voorwaarden	Voldoet, in orde	Voldoet niet
1		
2		
3		
4		
5		

Merk je dat er kloven bestaan tussen wat jij wenst en nodig hebt en wat nu de situatie is, onderzoek dan (met optimistische en realistische blik) welke mogelijkheden er bestaan om beter tegemoet te komen aan je voorwaarden.

Wees vindingrijk en volhardend, en durf de bestaande situatie kritisch te evalueren. Zoek eventueel ook een sparringpartner, als je merkt dat je vastloopt maar toch echt een positieve beweging wilt. Wie weet ziet een ander wegen die je zelf nog niet had ontdekt.

En mocht je bepaalde omstandigheden echt niet kunnen beïnvloeden en veranderen, terwijl ze je toch energie kosten, zoek dan naar de beste manier om het acceptabel te houden voor jezelf.