



# werk energie analyse®

voor meer energie en werkplezier

## Hoe bevlogen ben jij in je werk?

Heb je het niet (meer) zo naar je zin op je werk of mis je de uitdaging in je functie? Ervaar je regelmatig spanning of frustratie tijdens je werk, maar weet je niet hoe je de onderliggende oorzaak aan kunt pakken? Of ben je juist wel tevreden over je werk, maar wil je jezelf verder ontwikkelen en de regie in eigen hand nemen? Dan is de werkenergieanalyse een goed instrument voor jou.

Het belangrijkste doel van de werkenergieanalyse is bewustzijn creëren over jouw eigen drijfveren en kwaliteiten, zodat je weer met plezier en vol energie naar je werk gaat. Of dit nu je huidige baan betreft of een toekomstige functie.

De werkenergieanalyse ondersteunt je bij het zelfverzekerd en doelgericht sturen van jouw carrière. Want alleen werk dat echt bij je past, geeft steeds weer plezier, energie en voldoening.

**Haal het beste uit jezelf! Daar pluk je niet alleen op je werk maar ook in je privéleven de vruchten van!**

*'Met de werkenergie-analyse zet je jezelf weer op het juiste spoor, zodat je weer energie haalt uit je werk.'*

*Dorine Hagelaars*

*'Al na één sessie ben ik tot concrete inzichten gekomen, die ten goede komen aan mijn persoonlijke ontwikkeling.'*

*Mark Achtereekte*

## Samen werken aan bevlogenheid

De werkenergieanalyse geeft inzicht in wat jouw energie- en stressbronnen zijn op organisatie- en functieniveau. Je ontdekt op welke aspecten jij wel of geen invloed hebt, waardoor je weet welke toekomstige acties voor jou effectief zijn. Samen met jouw coach maak je een persoonlijk prioriteitenplan, zodat je direct en doelgericht aan de slag kunt gaan.

Doordat jij helder hebt wat jouw wensen zijn, kun je gericht met je leidinggevende of hrm-manager in gesprek. Als uit de analyse blijkt dat het werk en/of de organisatie niet meer bij je past, dan is jouw twijfel weggenomen en kun je doelbewust gaan netwerken en solliciteren.

Mogelijke doelen van de werkenergieanalyse:

- Verbeteren van energiebalans, tevredenheid en motivatie
- Inventarisatie overtuigingen en gedrag patronen
- Haalbare doelen leren stellen en keuzes te maken
- Doelgericht sturen van jouw carrière
- Formuleren van ontwikkelings- en opleidingsbehoefte



# Nijboer

stress- en ondernemerscoach

Voor meer informatie of een afspraak, bel Wilma Nijboer **06 526 000 40** of mail naar [info@nijboer.cc](mailto:info@nijboer.cc) Ik help je graag verder!

De werkenergieanalyse <sup>®</sup> is ontwikkeld door [www.you-know.nl](http://www.you-know.nl)