

Het Huis van

Werkvermogen

Werk

Jouw werk en jij



Ook externe factoren, zoals maatschappij, vrienden en familie, hebben invloed op jouw huis.

Normen en waarden

Persoonlijke drijfveren



Competenties

Kennis, kunde en verandering

De verdiepingen van het huis bepalen samen hoe sterk **jouw werkvermogen** is.



Gezondheid

Functionele aspecten

Het Huis van Werkvermogen is het model achter alles wat we bij TIGRA doen. Het laat zien welke factoren samen bepalen of mensen gezond, gemotiveerd en met plezier kunnen blijven werken, nu en in de toekomst.

Scan de QR-code voor meer informatie



TIGRA

Hoe stevig staat jouw huis?

Doe de test!

Het Huis van Werkvermogen

Gespreksskompas

Gebruik een transparante markeerstift om de smiley te kiezen die bij jouw situatie past. Zo wordt zichtbaar waar jouw huis stevig staat en waar extra aandacht nodig is.

😊 ja 😐 Twijfel ☹ nee

Werk

- | | | | |
|---|---|---|---|
| 1. Ik heb invloed op mijn werktijden en de planning van mijn taken. | 😊 | 😐 | ☹ |
| 2. Ik heb voldoende hulpmiddelen om mijn werk goed te doen. | 😊 | 😐 | ☹ |
| 3. Ik ervaar mijn werkdruk als passend. | 😊 | 😐 | ☹ |
| 4. Ik voel mij onderdeel van mijn team. | 😊 | 😐 | ☹ |
| 5. Ik voel mij gesteund door mijn leidinggevende. | 😊 | 😐 | ☹ |

Normen en waarden

- | | | | |
|---|---|---|---|
| 6. Ik ben gemotiveerd in mijn werk. | 😊 | 😐 | ☹ |
| 7. Ik voel mij betrokken bij de organisatie. | 😊 | 😐 | ☹ |
| 8. Mijn persoonlijke waarden passen bij die van de organisatie. | 😊 | 😐 | ☹ |
| 9. Ik haal voldoening uit mijn werk. | 😊 | 😐 | ☹ |
| 10. Ik vind mijn werk zinvol. | 😊 | 😐 | ☹ |

Competenties

- | | | | |
|---|---|---|---|
| 11. Ik weet wat er van mij verwacht wordt in mijn functie. | 😊 | 😐 | ☹ |
| 12. Ik beschik over voldoende kennis om mijn werk goed uit te voeren. | 😊 | 😐 | ☹ |
| 13. Ik heb de juiste vaardigheden voor mijn huidige functie. | 😊 | 😐 | ☹ |
| 14. Mijn werk sluit aan bij mijn talenten. | 😊 | 😐 | ☹ |
| 15. Ik krijg voldoende mogelijkheden om mij te ontwikkelen. | 😊 | 😐 | ☹ |

Gezondheid

- | | | | |
|--|---|---|---|
| 16. Ik voel mij lichamelijk gezond om mijn werk goed te kunnen doen. | 😊 | 😐 | ☹ |
| 17. Ik voel mij mentaal fit tijdens en na mijn werkdag. | 😊 | 😐 | ☹ |
| 18. Ik heb voldoende energie gedurende mijn werkdag. | 😊 | 😐 | ☹ |
| 19. Ik ervaar weinig lichamelijke klachten door mijn werk. | 😊 | 😐 | ☹ |
| 20. Ik voel mij veilig en op mijn gemak op het werk. | 😊 | 😐 | ☹ |