

Mijn inzichten: spitsuurfase

Met de uitkomst(en) van één of meerdere oefeningen heb je in kaart gebracht wat jouw behoeften, uitdagingen en knelpunten zijn, gerelateerd aan de levensfase waarin jij nu zit. Hopelijk heb je ideeën gekregen hoe je jouw PLB-uren in wilt zetten. Minder werken voor een betere werk/privé balans? Het blijft een lastige als je een druk leven hebt. Hoeveel PLB-uren heb je al gespaard? En kun je die inzetten om eens een tijdje wat stoom af te blazen?

Wat is je voorlopige conclusie voor de inzet van je PLB-uren?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Als je nu ideeën hebt voor de inzet van je PLB-uren, is het goed om hier een stappenplan voor te maken. Dit helpt je om nog eens goed op een rij te zetten wat, wanneer en hoe je je ideeën en voornemens kunt gaan realiseren. Bedenk daarbij ook dat door hulp te vragen of je ideeën voor te leggen aan anderen, je inzicht vergroot en wellicht je plannen realistischer en concreter worden. Hoe duidelijker je plan, hoe gemotiveerder je wordt en hoe constructiever het gesprek met je leidinggevende zal zijn.

Kijk op de website bij 'Mijn PLB-plan' voor ondersteuning.