

Mijn levensfasescan: Stabilisatiefase

Mijn levensfasescan

Met onderstaande vragenlijst krijg je een beeld van de levensfase waarin jij zit; een globaal beeld van wat je krachten en behoeften zijn en waarin ook knelpunten aan het licht komen.

Wat levert het je op?

- Herkenning van jouw levensfase
- Wat je het meest bezig houdt
- Wat je kwaliteiten zijn en of je deze optimaal inzet
- Hoe het staat met je werk/privé balans
- Hoe je vanuit jouw levensfase een koppeling kunt maken met het inzetten van PLB-uren.

Aan de slag

Stap 1: Beantwoord onderstaande vragen en schrijf de antwoorden voor jezelf op.

1. Wat is voor jou het belangrijkste in je werk en privé leven?
2. Heb je een beeld over hoe jij de tweede helft van je loopbaan wilt inrichten?
3. Welke kwaliteiten en talenten zet je actief in? Welke talenten benut je onvoldoende?
4. Welke ambities heb je ten aanzien van je persoonlijke ontwikkeling?
5. Op welke manier neem je de tijd om hier over na te denken?
6. Wie/wat heb je hiervoor nodig?
7. Ervaar je voldoende uitdaging/prikkels?
8. Hoe staat het met jouw gezondheid en vitaliteit? Hoe geef jij daar aandacht aan?
9. Hoe staat het met jouw balans werk en privé? (denk ook aan eventuele mantelzorgtaken)
10. In welke mate is je kennis en ervaring toekomstbestendig voor de huidige functie/organisatie?
11. Ben je op de hoogte wat de organisatie van je vraagt over drie jaar?

Stap 2: Mijn belangrijkste inzichten op basis van de uitkomsten!

Wat verrast je?

.....

Wat weet je al lang?

.....

.....

Noem een concreet punt waarin je verandering zou willen brengen.

.....

.....