

# Mijn levensfasescan: Startersfase

## 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 allerbelangrijkste in je werk en privé leven?
2. Zijn er voldoende uitdagingen voor jou op dit moment in je werk? Welke uitdagingen zie je?
3. Heb je het idee dat je serieus genomen wordt in je werk, op jouw afdeling? Waarom wel/niet?
4. Welke kwaliteiten en talenten zet je actief in? Welke talenten benut je onvoldoende in je werk?
5. Wat zijn jouw concrete ontwikkelpunten? Zowel wat betreft werkinhoudelijke punten, als punten betreffende vaardigheden en gedrag (denk aan communicatievaardigheden, assertief gedrag etc.)
6. Wat vind je van de begeleiding bij jouw ontwikkeling en werkzaamheden?
7. Hoe staat het met de hoeveelheid werk en de prioritering daarvan?
8. Wat vind je van de wijze waarop je feedback krijgt van je leidinggevende en je collega's?
9. Ben je daar tevreden over?
10. Hoe ziet je netwerk eruit? Wat en hoe investeer je in je professionele netwerk?
11. Heb je een beeld van toekomstige (doorgroei)mogelijkheden binnen jouw werk, afdeling, ziekenhuis of elders?
12. Passen deze bij je ambities? Passen deze in de levensfase waarin je nu zit?

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

Wat verrast je? .....

.....

Wat weet je al lang?

.....

.....

Noem een concreet punt waar je verandering in zou willen brengen.

.....

.....