

# Op weg naar duurzame inzetbaarheid

Hulpvragen voor leidinggevend en medewerkers om samen het gesprek over duurzame inzetbaarheid te voeren.



## Persoonlijke inleiding

Hoe gaat het met je?

Wat vind jij ervan dat we over duurzame inzetbaarheid praten?

Wat betekent duurzame inzetbaarheid voor jou?



## Employability

Gaat over nu en in de toekomst, ongeacht je leeftijd, werk kunnen doen dat er toe doet, voor jezelf, voor de werkgever en voor de maatschappij.

### Professionalisering

Wat heb je nodig om je werk goed te kunnen (blijven) doen?

Wat verwacht je van de gemeente aan hulp?

Wat ga je zelf doen?

Welke uitdagingen zie je voor de gemeente en welke rol kan jij hierin hebben?

### Wendbaarheid

Hoe ontwikkelt je werk zich de komende jaren en wat betekent dit voor je kennis en vaardigheden?

Hoe bereid je je voor op de veranderingen?

Merk je dat je ergens beter in bent geworden, of zijn sommige dingen juist lastiger geworden?

Stel, je baan zou volgende week ophouden met bestaan, wat zou je dan het liefste gaan doen?

In hoeverre denk je binnen je huidige werk makkelijk te kunnen veranderen van functie?

In hoeverre denk je dat je kennis en vaardigheden toereikend zijn op de huidige arbeidsmarkt?

In hoeverre denk je in staat te zijn om een andere baan te vinden op de huidige arbeidsmarkt?

Welke belemmeringen zie je om eventueel te veranderen van baan/functie?

### Loopbaan

Kijk eens vooruit, hoe ziet jouw baan er over 3-5 jaar uit?

In hoeverre denk je dat je je werk kunt uitvoeren de komende tijd?

Wat vind je ervan dat je steeds langer door moet werken?

Welke uitdagingen zie je om door te werken in de huidige functie?

Welke cursussen/opleidingen zou je willen gaan doen?



Maak een keuze uit deze hulpvragen.

## Vitaliteit

Gaat over de kracht en energie van een werknemer. Het bevat zowel fysieke- als mentale aspecten waarmee een werknemer gemotiveerd en onvermoeibaar door kan werken.

### Fysiek

Voel je je fysiek fit genoeg om je werk te doen?

Heb je lichamelijke klachten die te maken hebben met het werk?

Wat doe je om fysiek gezond te blijven?

### Mentaal

Voel je je mentaal fit genoeg om je werk te doen?

Heb je mentale klachten die te maken hebben met het werk?

Wat doe je om mentaal gezond te blijven?

### Motivatie

In hoeverre heb je plezier in je werk?

Wat vind je nu leuk of minder leuk aan je werk?

Hoe gaat het in je werk, waar ben je trots op?

Waar krijg je energie van en wat kost je energie?



## Werkvermogen

Gaat over de mate waarin een medewerker in staat is om te werken, zowel nu als in de toekomst.

### Fysiek en psychisch

In hoeverre zijn je kennis en vaardigheden nog toereikend voor de functie?

Welke kennis en vaardigheden mis je en zou je willen ontwikkelen?

Welke werkzaamheden doe je het liefst en welke kennis en vaardigheden gebruik je hierbij?

Welke kennis en vaardigheden heb je maar worden nu onvoldoende benut?

### Werk-privé

*De medewerker hoeft geen privacy gevoelige informatie te delen wanneer daar geen behoefte tot is.*

Hoe is voor jou de balans tussen werk en privé?

Verwacht je de komende tijd veranderingen in je werk-privé balans?

In hoeverre kan je je thuissituatie loslaten als je naar het werk gaat?

In hoeverre kan je je werk loslaten als je naar huis gaat?

Wat zou je willen dat collega's over je achtergrond en thuissituatie weten?

