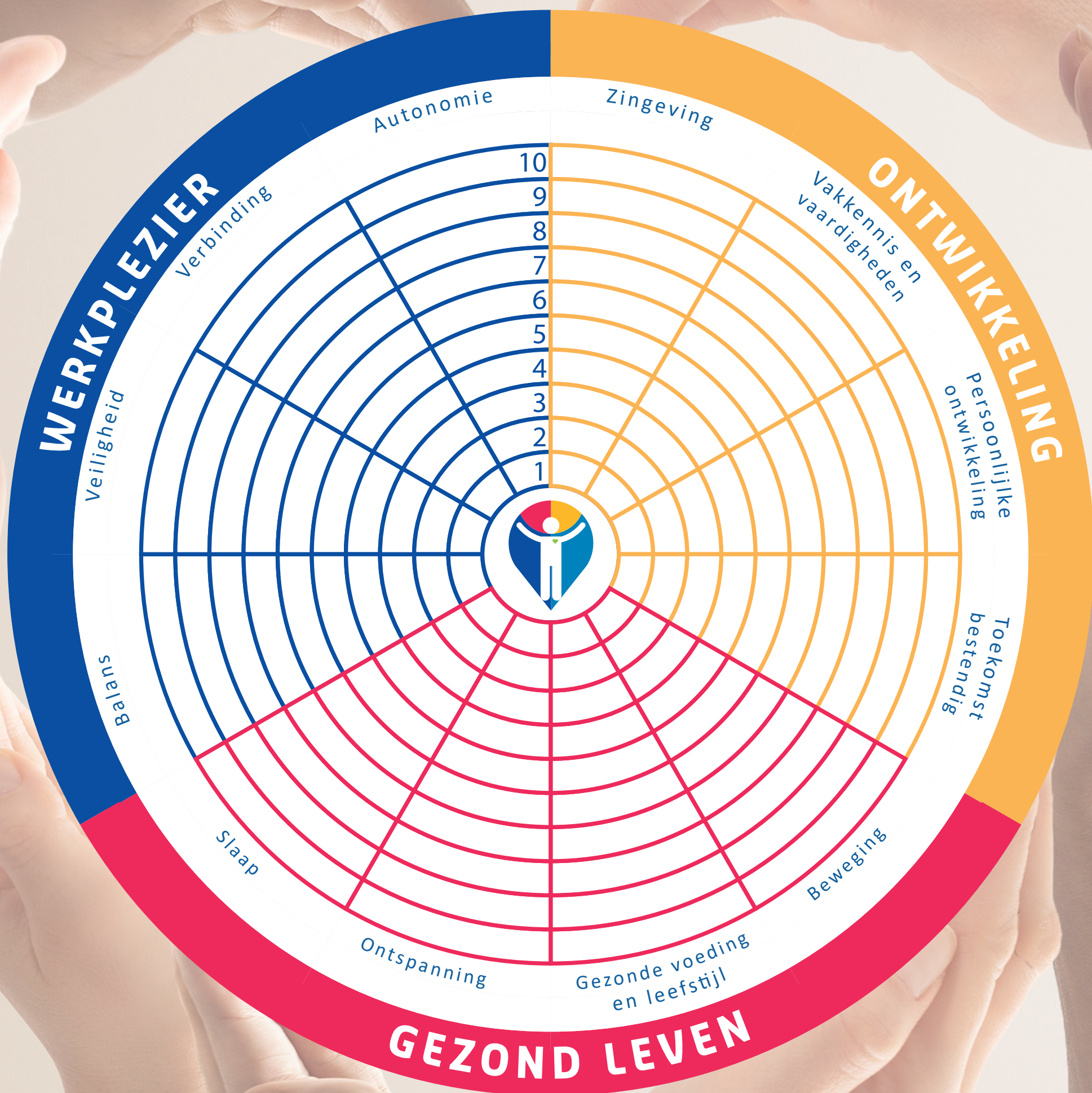


Vitaliteitswiel



Hilversum
Mediastad

Bijlage SMART afspraak maken

Thema:

Subgroep:

Over weken ga ik van een naar een .

Hier ga ik de volgende stappen voor nemen:

Hierbij vraag ik hulp van:

Als ik merk dat ik mijn doel niet haal dan neem ik de volgende stappen:

VOORBEELD:

Thema:

Werkplezier

Subgroep:

Verbinding

Over 8 weken ga ik van een 5 naar een 6 .

Hier ga ik de volgende stappen voor nemen:

- Ik ga in het teamoverleg een voorstel doen voor een wekelijkse koffiezoom;
- Ik ga met collega Y afspraken maken over het voorbereiden van de Teammanagers vergadering waar ik altijd zo tegen op zie;
- Ik schrijf mij in voor de cursus: Van werkdruk naar werkgeluk.

Ik heb hier hulp bij nodig van:

- Niemand, ik vraag zelf aandacht voor;
- Y, wij moeten samen tot nieuwe afspraken komen over de verdeling van de taken;
- Mijn leidinggevende: zij moet een handtekening plaatsen om mee te mogen doen aan de cursus.

Als ik merk dat ik mijn doel niet haal dan neem ik de volgende stappen:

- Ik bespreek mijn zorgen in mijn bila met mijn leidinggevende;
- Ik maak een koffie zoom afspraak met mijn collega R die altijd goed advies kan geven;
- Als ik er niet uit kom met Y dan schaal ik op naar mijn leidinggevende.



Hilversum
Mediastad