

# Wat is werkdruk?

- a) Als ik heel veel balletjes in de lucht moet houden, heel veel tegelijkertijd moet denken én doen.
- b) Als ik geleeft word, niet de ruimte heb om mijn creativiteit in te zetten en problemen op te lossen (de waan van de dag regeert).
- c) Als er veel dingen moeten en ik prioriteiten moet stellen, dan heb ik werkdruk vlák voor ik beslis dat ik iets niet kan en ik dan meld dat iets niet gaat lukken.
- d) Als ik thuis kom met stoom uit m'n oren, ik nergens meer zin in heb, al m'n energie op is.

# Wat is werkplezier?

- a) Fluitend naar m'n werk én fluitend weer naar huis
- b) Niet merken dat ik aan het werk ben, als het werk vanzelf gaat
- c) Als ik van collega's en van m'n 'klanten' iets terugkrijg, bv een compliment of arm om m'n schouder
- d) Als ik me bezig kan houden met waar ik goed in ben