



Bij het werkdrukinstrumentarium hoort een Excel bestand (**windows 2007**) met daarin een vragenlijst over een aantal onderwerpen die van belang zijn voor de werkdrukbalans en energiebeleving en een checklist “Optimale condities” voor leidinggevenden. Met deze instrumenten kunt u op een brede, systematische manier naar de werkdruksituaties in uw organisatie kijken. Het invullen van de vragenlijst en checklist levert een rapportage op, waarnaar u na het invullen van de vragenlijst kunt doorklikken. In deze rapportages vindt u

- ☞ Een indicatie van problemen en kansen op het gebied van werkdrukbalans en energie (zijn er problemen te benoemen, is er sprake van bepaalde risico's, of gaat het goed?);
- ☞ Tips voor het management (of voor uzelf) om de werkdrukbalans en de werkenergie te optimaliseren.

Wilt u uw gegevens bewaren, dan kunt u het bestand opslaan onder een door uzelf gekozen naam.

Wilt of kunt u het excelbestand niet gebruiken, dan kunt u de pdf-bestanden van de checklist “Optimale Conditie” en vragenlijst “Werkdrukbalans en Energie” gebruiken. Als u een rapportage wilt, kunt u iemand anders vragen om uw gegevens in het bestand in te voeren. U kunt de vragenlijsten en checklisten ook gebruiken om uw werkdruksignalen in kaart te brengen.

- ☀ U kunt de antwoorden met het instrument Beelden van Werkdruk verder toespitsen op de vijf “stuurknoppen”.

Er zijn vijf versies van de vragenlijst en de checklist beschikbaar:

1. VV (Verpleging en verzorging)
2. TZ (Thuiszorg)
3. Kraamzorg
4. Jeugdgezondheidszorg
5. Algemeen (overige functies)

De bestanden met een naam die begint met "**Med**" openen met de vragenlijst, de bestanden met een naam die begint met "**Leid**" openen met de checklist. Als de checklist en de vragenlijst in één bestand worden ingevuld, kunt u kijken of medewerkers en leidinggevendenden dezelfde mening over de werkdruksituatie hebben.

## De vragenlijst Werkdrukbalans en Energie voor medewerkers

Een vragenlijst voor medewerkers en een checklist voor leidinggevendenden kan helpen om op een systematische manier de beleving van werkdruk, energie en een aantal van achterliggende oorzaken scherper te krijgen.

Bij het openen van het excelbestand komt u automatisch bij de vragenlijst terecht. U kunt ervoor kiezen om alle vragen in te vullen, u kunt ook een selectie maken met behulp van het filter dat u naast de vragen aantreft. Heeft u de vragen ingevuld (of de onderwerpen die u van belang vindt), dan klikt u onderaan de lijst door naar de rapportage. Daar vindt u de uitkomsten en tips voor verbetering van de werkdruksituatie.

- ✿ U kunt de lijst ook met het team of een groep collega's invullen en samen de uitkomsten bespreken.

## De checklist "Optimale Conditie" voor leidinggevendenden

Deze checklist gaat in op hoe u naar uw medewerkers en hun werk kijkt. De checklist gaat niet over uw eigen werkdrukervaring, maar weer wel over de rol die u als leidinggevende vervult voor het team of de groep medewerkers. Het is belangrijk om bij het invullen van de checklist een afgebakende werksituatie te kiezen.

Bij het openen van het excelbestand komt u automatisch bij de checklist terecht. U kunt ervoor kiezen om alle vragen in te vullen, u kunt ook een selectie maken met behulp van het filter dat u naast de vragen aantreft. Heeft u de vragen ingevuld (of de onderwerpen die u van belang vindt), dan klikt u onderaan de lijst door naar de rapportage. Daar vindt u de uitkomsten en tips voor verbetering van de werkdruksituatie.