

# JOUW WERKBALANS

	<b>Lekker aan het werk</b>	<b>Jouw werkbalans</b>	<b>Stug doorgaan</b>
<b>Oriëntatie</b>	Kwaliteit, het werken gaat lekker		Kwantiteit en resultaat staan voorop, het werk moet af
<b>Resultaat</b>	Proces		Product
<b>Kompas</b>	Intern		Extern
	Eigen tempo		Pressie
	Eigen ritme		Commando/controle
	Eigen organisatie		Aanpassen/forceren
	Afwisseling		Te lang doorgaan
<b>Energie</b>	Gevend		Vretend
<b>Concentratie</b>	Volledig		Verstoord
<b>Motivatie</b>	Willen, leuk vinden, er zin in hebben, het komt vanuit jezelf		Moeten, doen omdat anderen het graag willen, erkenning door anderen
<b>Beleving</b>	Creatief		Geestdodend
<b>Herstel</b>	Volledig		Gedeeltelijk
<b>Limiet</b>	Eigen welbevinden en welzijn centraal		Het moet af, doorgaan tot je erbij neervalt