

# Plezier in je werk

Lekker in je vel en fluitend naar je werk? Als je met plezier naar je werk gaat ben je zelf gelukkiger, presteer je beter en straal je plezier uit naar je collega's, je klanten en andere mensen om je heen.

Wat maakt dat je plezier hebt in je werk? Hier spelen vele factoren een rol: hoe je zelf in je vel zit, de relatie met je collega's en je leidinggevende, de inhoud van je werk, maar ook je werkplek en de balans werk-privé.

Voor teams die nog meer plezier in hun werk willen ervaren (of dat weer terug willen krijgen) heeft TeamAbility de training 'Plezier in je werk' ontwikkeld, gebaseerd op een herkenbaar model. Er wordt inzicht gegeven in wat er nodig is voor plezier in je werk en hoe je dat kunt realiseren. Daarbij is veel ruimte voor individuele verschillen van de deelnemers. Op een verfrissende manier wordt iedereen zich bewust wat hem of haar energie geeft en wat ieder kan doen om nog meer plezier in het werk te ervaren. En er wordt een begin gemaakt om dat heel concreet handen en voeten te geven, zowel individueel als teambreed.

**Doel** Het doel van de workshop is om de deelnemers (weer) in contact te brengen met het plezier in hun werk.

**Doelgroep** Iedereen die het 'Plezier in het werk' wil vergroten, al dan niet samenwerkend als team.

**Thema's**

- Wat is 'Plezier in het werk'?
- Positieve effecten van werkplezier
- Model voor 'plezier in het werk'
- Creatieve oefening
- Werkplezier vergroten
- Concrete tips en ideeën
- Afspraken

**Duur** 1 of 2 dagen (in overleg)

**Groepsgrootte** Maximaal 12 deelnemers

**Kosten** Maatwerkprogramma, incl. voorbereidingsgesprek en aanpassing van het programma:  
€ 1.790,- (1 daagse) of € 2.990,- (2 daagse)

Standaardtraining (excl. voorbereidingsgesprek):  
€ 1.190,- (1 daagse) of € 2.390,- (2 daagse)

Deze bedragen zijn excl. 21% BTW en reiskosten (0,28).

**Informatie** Maarten Stoffers  
M 06-50944291  
E MaartenStoffers@casema.nl  
I www.MaartenStoffers.nl

## **Programma 1-daagse: Plezier in je werk**

Och.: Welkom, doelen, programma, wensen, spelregels

Wat betekent plezier in je werk voor jou?

Mini-college 'Plezier in je werk'

Creatieve oefening

De waarden achter ons plezier

Mi.: Oefening: waarde-hiërarchie

Test: hoe ver sta ik van mijn doel?

Gedachten 'plezierig' maken

Actiepunten

Afsluiting

## **Programma 2-daagse: Plezier in je werk – ook als team**

### **1<sup>e</sup> dag: 'Ieder mens is uniek'**

Och.: Welkom, doelen, programma, wensen, spelregels

Wat betekent plezier in je werk voor jou?

Mini-college 'Plezier in je werk'

Creatieve individuele oefening

De waarden achter ons plezier

Mi.: Oefening: waarde-hiërarchie

Test: hoe ver sta ik van mijn doel?

Uitwisseling teamleden

Individuele actiepunten

Afsluiting 1<sup>e</sup> dag

### **2<sup>e</sup> dag: 'Samen succesvol jezelf zijn'**

Och: Inventarisatie leerwensen als team

Mini-college teamsamenwerking (paradigma's, ontwikkelingsfasen en model)

Test: waar staan wij als team? (stakeholder-analyse, kernkwadrant, SWOT)

*(Alternatief: persoonlijkheidstest MBTI)*

Mi.: Prioriteitstelling

Actieplanning

Creatieve groepsoefening

*(Alternatief I: praktische uitwerking en presentatie van de actiepunten)*

*(Alternatief II: EQ bepalen en vergroten met speelse oefeningen)*

Afsluiting