

# ● Jaargesprek ● Positieve Gezondheid



## Handleiding voor managers

Met iedere medewerker van jouw team voer je een jaargesprek. Dat doen we binnen Omring met de principes van Positieve Gezondheid. Het doel van het gesprek is om de medewerker te helpen om inzicht te krijgen in de eigen gezondheid en welzijn. Jullie kijken naar wat er goed gaat, wat er beter kan en waar behoefte naar is. Als manager ben jij de gespreksleider. Je hebt een niet-oordelende en ondersteunende rol in het gesprek.

Hieronder lees je welke stappen je doorloopt tijdens het jaargesprek. Op de volgende pagina's vind je tips om het gesprek te voeren op basis van de pijlers van Positieve Gezondheid. De medewerker krijgt tijdens (of na) het gesprek een formulier, waarop jullie de acties en afspraken kunnen invullen.

### Stap 1

#### Vorbereiding

Verdiep je in het concept Positieve Gezondheid  
([klik hier](#))

Verzamel gegevens zoals aantal ziekmeldingen, vakantiedagen, overuren en mim-meldingen.

### Stap 2

#### Rand-voorwaarden

Creëer een open en veilige gespreksomgeving.

Begin het jaargesprek door kort het concept van Positieve Gezondheid toe te lichten.

### Stap 3

#### Inventarisatie en reflectie

Stimuleer de medewerker om te reflecteren op zijn of haar (werk)situatie en welzijn. De hulpvragen kunnen hierbij helpen.

Luister actief, toon empathie en probeer de medewerker te begrijpen.

### Stap 4

#### Doelstellingen en actieplan

Stel samen doelen vast op basis van wat jullie besproken hebben. Maak de doelen SMART.

Bespreek de mogelijke actiestappen die de medewerker kan nemen om deze gezondheids-doelen te bereiken.

### Stap 5

#### Ondersteuning en follow-up

Bespreek welke ondersteuning er eventueel nodig is (via Samen Vitaal is veel mogelijk).

Plan follow-up gesprekken of check-ins om de voortgang te bespreken.

### Stap 6

#### Evaluatie en reflectie

Evalueer regelmatig met elkaar. Pas het actieplan indien nodig aan.

Moedig de medewerker aan om af en toe even stil te staan bij zijn of haar Positieve Gezondheid.

# ● Jaargesprek

## ● Positieve Gezondheid



Handleiding voor managers



### Mijn drijfveren

- Hoe gaat het op je werk?
- Hoe vind je je werk?
- Wat maakt je werk leuk?
- Wat zijn je ambities?
- Heb je ontwikkel/opleidingsbehoefte?
- Zo ja welke?

“Ik ben voldoende gedreven”

### Hulpvragen:

- Hoe gaat het op je werk? Hoe vind je je werk?
- Vind je je werk leuk
- Wat maakt je werk (niet) leuk?
- Wat zijn je ambities? Waar wil je over 5 jaar staan?
- Hoe ga je om met alle veranderingen?
- Past dit ook bij het werk zoals jij je werk voor je ziet?



### Mijn prestaties

- Wat draag je bij aan het resultaat van je team of locatie?
- Doe je naast je kerntaken nog andere werkzaamheden?

“Ik doe mijn werk goed”

### Hulpvragen:

- Waar ben je trots op in je werk?
- Wat draag je bij aan het resultaat van het team?
- Krijg of vraag je weleens feedback? Hoe ga je daarmee om?
- Doe je werkzaamheden naast je kerntaken?
- Wordt er gewerkt met protocollen en richtlijnen?
- Kun je voorbeelden noemen?



### Meedoen in mijn team

- Wat is jouw persoonlijke bijdrage aan het team?
- Hoe ervaar jij je team?

“Ik heb goed contact met mijn team”

### Hulpvragen:

- Wat is jouw persoonlijke bijdrage(rol) aan het team?
- Hoe is de balans werk/privé?
- Hoe ervaar jij je team?
- Hoe ervaar je je contacten met je collega's?

# ● Jaargesprek

## ● Positieve Gezondheid



Handleiding voor managers



### Mijn fysiek welbevinden

- Hoe zorg jij voor jezelf?
- Pas je hulpmiddelen toe?
- Hoe veilig ervaar jij je werkomgeving?

“Ik kan mijn werk goed doen”

#### Hulpvragen:

- Hoe voel je je?
- Hoe gaat het fysiek met je?
- Hoe zorg je dat fit en vitaal blijft en je werk kun volhouden?
- Pas je hulpmiddelen toe?
- Hoe veilig ervaar je je werkomgeving?
- Indien van toepassing: hoe vaak denk jij dat je door ziekte afwezig bent geweest?
- Waarderen aanwezigheid en inzet



### Mijn mentaal welbevinden

- Hoe voel je je mentaal?
- Hoe ga je om tegenslagen?

“Ik kan mijzelf zijn en genieten van mijn werk”

#### Hulpvragen:

- Hoe voel je je mentaal?
- Zijn er omstandigheden thuis die jouw werk beïnvloeden?
- Hoe ga je om met tegenslagen?



### Mijn kwaliteit van werken

- Hoe ervaar je je kwaliteit van werken?
- Zou je iets willen veranderen?
- Kun je je talenten benutten?

“Ik ga met plezier naar mijn werk”

#### Hulpvragen:

- Hoe ervaar jij je kwaliteit van werken?
- Wat zou je willen veranderen?
- Welke talenten heb je en benut je die?

Op en/of aanmerkingen horen we graag [klik hier](#)