



## Yes! Matrix

### werken als teamlid van de Mendel Foundation en Mendel Society

Gebruik een (Excel-) matrix zoals die bij ons beschikbaar is.

1<sup>e</sup> Kolom:

Maak een lijst van alle mogelijke onderwerpen en factoren die jouw pret bij/van je werk bepalen, zoals:

- Directe tijd met Deelnemers (ev. uitsplitsen per categorie / soort activiteit)
- Indirecte tijd voor/over Deelnemer (ev. uitsplitsen)
- Bijscholing
- Mogelijkheden om je verder te ontwikkelen
- Bijdrage aan ontwikkelingen (de Mendel Foundation)
- Alle onderwerpen (van-) die waar je blij van wordt, waarvoor je vroeg naar je werk zou gaan, (tot-)
- Id. die waar je weerstand bij voelt, waarom je geen haast zou voelen om naar je werk te gaan
- Je gewaardeerd voelen door collega's
- Id., door "het management"
- Enz.!

2e kolom, per item:

Hoeveel uren schat je in dat je per week besteed aan elk onderwerp?

3e kolom, "Weging":

Naast elk item geef je een afweging hoe belangrijk dat item voor jou of je functioneren is:

- 10: onmisbaar: beslissende factor
- 9: bij uitval, belangrijke schade
- 8: van belang; kan niet door een ander
- 7: als 't moet afvallen zal het niet erg gemist worden
- 6: kan best door iemand anders gedaan worden
- 5: kan *beter* door iemand anders gedaan worden



Copy freely, provided: add if you wish, but do not alter  
always leave this logo & text in place



Copy freely, provided: add if you wish, but do not alter  
always leave this logo & text in place

4e kolom, per item jouw afweging "kosten/opbrengst (emoties)":

- +3: "Dikke Grijs, zou ik voor geen goed willen missen"
- +2: "Goede reden om 's-ochtends vroeg naar me'n werk te gaan"
- 1: Neutraal
- 2: "Lastig, storend; reden om 's-ochtends niet precies op tijd naar mijn werk te gaan"
- 3: "Zou ik graag kwijt willen"

5e kolom, per item:

Het product van de waardes in de 2e t/m 4<sup>e</sup> kolom; sorteer naar eigen inzicht!

### **Contact:**

**A.C. Hagedoorn, revalidatiearts**  
oprichter, algemeen en medisch directeur  
Churchillaan 654  
4532JB Terneuzen  
06 22598377  
ACHg@mendelfoundation.org



[www.mendelfoundation.org](http://www.mendelfoundation.org)



Copy freely, provided: add if you wish, but do not alter  
always leave this logo & text in place