

HERKEN JE GRENZEN

GEDRAG

- ONZORGVULDIG WERKEN
- GEEN/WEINIG PAUZES
- ONJUISTE PRIORITEITEN
- VAN DE HAK OP DE TAK
- OVERUREN MAKEN
- SOCIALE ISOLATIE
- VAKER ZIEK
- FOUTEN MAKEN

EMOTIONEEL

- PRIKKELBAAR
- VAAK DIEP ZUCHTEN
- ONGEMOTIVEERD
- SNEL VAN DE WIJS
- VERGEETACHTIG
- BESLUITELOOS
- CHAOTISCH
- SLECHTE FOCUS

LICHEMALIJK

- GESPANNEN HOUDING
- VEEL/WEINIG EETLUST
- NAGELBIJTEN
- BEVEN OF TRILLEN
- OVERVERMOEID
- HUILEN
- SLAAPPROBLEMEN
- ENERGIEGEBREK

HERKEN JE WERKGELUK

GEDRAG

■ HEEFT IDEEËN

■ IS DAADKRACHTIG

■ REGELMATIG PAUZE

■ AANDACHT VOOR COLLEGA'S

■ STELT PRIORITEITEN

■ ZELDEN ZIEK

■ HOUDT FOCUS

■ WERKT PRECIËS

EMOTIONEEL

■ KOMT BLIJ UIT BED

■ GOED GEHEUGEN

■ ERVAART ZINGEVING

■ BESLUITVAARDIG

■ GEMOTIVEERD

■ VEERKRACHTIG

■ RELAXED GEVOEL

■ ERVAART FLOW

LICHEMALIJK

■ ONTSPANNEN HOUDING

■ IS UITGERUST

■ VOLDOENDE EETLUST

■ HEEFT PLEZIER

■ BEWEEGT REGELMATIG

■ SLAAPT GOED

■ ENERGIEK

■ HEEFT ENERGIE IN VRIJE TIJD