



# Wat is belangrijk voor ons gezin? En hoe gaat het?

ONTWIKKELING

OUDERS

OMGEVING

			Ik voel me zeker	Ik vind dit soms moeilijk	Dit geeft me stress	Help!	Ik voel me machteloos
ONTWIKKELING	 Gezondheid & Leefstijl	<b>Mijn kind voelt zich gezond. Is niet vaak ziek.</b> Ontbijt, eet gezond, slaapt voldoende. Doet aan sport. Vermijdt alcohol, roken/vapen en drugs.					
	 School	<b>Mijn kind leert goed op school of werk.</b> Kan zich concentreren. Is steeds zelfstandiger. Huiswerk maken lukt.					
	 Gevoelens & Gedrag	<b>Mijn kind voelt zich goed en heeft zelfvertrouwen.</b> Kan omgaan met emoties zoals boosheid, onzekerheid, angst, verliefdheid en tegenslag. Vertelt wat hij/zij denkt of voelt.					
	 Contact met anderen	<b>Mijn kind maakt goed contact (ook online). Heeft vrienden.</b> Houdt rekening met anderen. Komt op voor zichzelf en wordt niet gepest. Praat ruzies uit.					
	 Seksuele ontwikkeling	<b>Mijn kind is tevreden met zijn/haar lichaam en wie het is.</b> Ontwikkelt een seksuele voorkeur. Ik kan met mijn kind over dit onderwerp praten.					
OUDERS	 Jouw gezondheid & gevoelens	<b>Ik voel me goed, lichamelijk en mentaal. Ik maak tijd voor mijzelf.</b> Ik praat over mijn gevoelens en wat mij bezighoudt.					
	 Band met je kind	<b>Ik heb een goede band met mijn kind.</b> We vinden het leuk om samen dingen te doen en te praten.					
	 Samenwerking ouders	<b>Ik voel me gesteund door mijn (ex) partner.</b> We maken tijd voor elkaar en praten. We verdelen de taken.					
	 Ouderschap & Opvoeden	<b>Ik geniet van het ouderschap en leer loslaten.</b> Ik stimuleer eigen verantwoordelijkheid. Ik bied vertrouwen en steun. Ik geef ruimte binnen duidelijke grenzen.					
	 Verzorging & Veiligheid	<b>Mijn kind groeit op in een gezonde en veilige omgeving met:</b> voeding, kleding, hygiëne, medische zorg, toezicht en liefdevolle aandacht.					
OMGEVING	 Gezin, Geloof & Cultuur	<b>Het gaat goed met mijn gezin. We zijn gezond.</b> We praten over onderwerpen en gewoonten die voor ons belangrijk zijn.					
	 Werk, Geld & Wonen	<b>We hebben goede woonomstandigheden en de geldzaken zijn op orde.</b> Er is werk, genoeg geld en we wonen fijn in een gezonde en veilige buurt.					
	 Levensgebeurtenissen	<b>Ik praat over mooie en nare dingen die er gebeurd zijn.</b> Ik durf steun te vragen en weet bij wie ik terecht kan.					
	 Steun van anderen	<b>Ons gezin heeft voldoende steun, als dat nodig is van:</b> Familie, vrienden en burens, school, sportclubs en professionals van organisaties.					
	 Vrije tijd & Mediagebruik	<b>Mijn kind sport, kan zich ontspannen. Doet leuke dingen in de vrije tijd.</b> Mijn kind weet goed om te gaan met hoeveel hij/zij op de telefoon zit, tv kijkt of gamet.					
		<b>Wat hebben wij nu nodig?</b>	Bevestiging	Advies	Extra Zorg	Zorg nu!	Veel Zorg