






















































































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	Ik leef gezond en ben niet vaak ziek: eet gezond, slaap voldoende, voel me fit, doe aan sport. Ik vermijd alcohol, roken/vapen en drugs.					
	 School	Ik leer goed op school en/of werk. Ik word steeds zelfstandiger. Ik kan me concentreren. Huiswerk maken lukt.					
	 Gevoelens	Ik voel me goed en heb zelfvertrouwen. Ik kan omgaan met boosheid, onzekerheid, verliefdheid, angst en tegenslag. Ik vertel wat ik denk of voel.					
	 Contact met anderen	Ik maak goed contact (ook online). Ik heb vrienden. Ik houd rekening met anderen. Ik kom op voor mijzelf en word niet gepest. Ik praat ruzies uit.					
	 Seksuele ontwikkeling	Ik voel mij fijn in mijn veranderende lichaam en met wie ik ben. Ik ontdek tot wie ik me aangetrokken voel. Ik kan aangeven wat ik wel en niet prettig vind.					
OUDERS	 Gezondheid van je ouders	Mijn ouders voelen zich goed en zijn gezond. Ze praten over hun gevoelens en wat hen bezighoudt.					
	 Band met je ouders	Ik voel een goede band met mijn ouders. Ze houden van mij. Ze zijn er voor mij als ik ze nodig heb.					
	 Hoe is het thuis?	Het gaat goed thuis. Ik voel me fijn als ik thuis ben. Wij zijn aardig voor elkaar. Mijn ouders helpen elkaar.					
	 Hulp van je ouders	Mijn ouders helpen mij. Zij luisteren naar mij. Ze stimuleren mij om zelf verantwoordelijk te zijn. Ik weet aan wie ik hulp kan vragen bij problemen.					
	 Verzorging & Veiligheid	Mijn ouders zorgen goed voor mij. We hebben voldoende eten en kleding. Het is schoon en warm. Ik voel me veilig.					
OMGEVING	 Gezin, Geloof & Cultuur	Het gaat goed met mijn gezin en we zijn gezond. We praten over onderwerpen en gewoonten die voor ons belangrijk zijn.					
	 Werk, Geld & Wonen	Er is werk en genoeg geld en we wonen fijn. Ik voel me veilig in mijn buurt.					
	 Belangrijke gebeurtenissen	Ik praat over mooie en nare dingen die er gebeurd zijn. Ik durf steun te vragen en weet bij wie ik terecht kan.					
	 Steun van anderen	Ons gezin heeft voldoende steun, als dat nodig is van: Familie, vrienden en burens, school, sportclubs en professionals van organisaties.					
	 Vrije tijd & Mediagebruik	Ik kan me ontspannen en doe leuke dingen in mijn vrije tijd. Ik weet goed om te gaan met hoeveel ik op mijn telefoon zit, tv kijk of game.					
		Wat hebben wij nu nodig?	Bevestiging	Advies	Extra Zorg	Zorg nu!	Veel Zorg