

STAP 1: KENNISMAKEN

Kennismaken en informatie verzamelen

WIE BEN IK? leeftijd, geslacht, heb ik?, school, bijbaan/jobs, etc. etc. (bijvoorbeeld ik ben 17 jaar oud, ik zit in 1 VWO, ik zit op voetbal, ik heb een vriendje)
WAAR KOM IK VANDAAN? gezin/familie, migratie/gedenksuren, moedertaal/gesproken taal, land/erfelijkheid, cultuur, geloof, etc. etc. (bijvoorbeeld mijn ouders zijn gescheiden, ik heb een moeder in een andere stad, ik ga op zondag naar de kerk, ik ben af van een verhuur)
WAAROM BEN IK HIER? klachten, problemen (bijvoorbeeld ik heb pijn in mijn schouder, ik wil niet naar school), ik wil dood
WAT GAAT ER GOED? vriendschappen, familie, vrienden, familie, vrienden, etc. etc. (bijvoorbeeld ik heb goede vrienden, mijn vader is lief)

WIE BEN IK?

WAAR KOM IK VANDAAN?

WAAROM BEN IK HIER?

WAT GAAT ER GOED?

STAP 2: SNAPPEN

Samenvatten en verklaren problematiek

HOE KOMT DAT NOU?

--

WELK BEELD PAST HIERBIJ?

--

WAT WIL IK NOG BETER SNAPPEN?

--

STAP 3: DOELEN & MIDDELEN

Beschrijving van doelen & middelen

DOEL 1

--

HOE KOM IK DAAR?

--

--

DOEL 2

--

HOE KOM IK DAAR?

--

--

DOEL 3

--

HOE KOM IK DAAR?

--

--

DOELN VOOR LATER

--	--	--

Hoe gaat het met mij?

Het is voor jezelf en ook voor je zorgverlener belangrijk om een beeld te krijgen van hoe het met jou gaat op verschillende gebieden. Dat helpt om meer zicht te krijgen op jouw draaglast en draagkracht.

We vragen je bij elke vraag met de schuifbalk aan te geven hoe jij vindt dat je ervoor staat. En geef er een korte toelichting bij.



Psychische gezondheid

(stress, met tegenslagen omgaan, denken/concentratie, stemming, ontspanning, medicatiegebruik)

slecht

uitstekend



 Klachten en hulpvraag
Beschikbaar

 Hoe gaat het met mij?
Beschikbaar

 Wie zijn belangrijk voor me?
Beschikbaar

 Hoeveel tijd nemen we en dan?
Beschikbaar

