

Inhoud

Voorwoord	9
Inleiding	11
Visie	13
1 Jijzelf	15
Zorg voor jezelf	15
1 Balans	15
2 Grenzen	16
3 Neem de tijd	16
4 Positief	16
5 Bijscholing	16
Basishouding	17
1 Nieuwsgierig zijn	17
2 Investeren in contact	17
3 Aandachtig aanwezig zijn	18
4 Voorbeeldfunctie	18
5 Positioneren	18
6 Blijf dicht bij jezelf	19
7 Maak jezelf overbodig	19
Basisvaardigheden	20
1 Oplossingsgericht werken	20
2 Motiverende gespreksvoering	22
2 Samenwerken	25
Communicatievaardigheden	26
1 Eerlijk zijn	26
2 Actief luisteren	27

3	Ik-boodschappen geven	27
4	Samenvatten	28
5	Feedback	28
	Teamgeest	29
	Teamgrootte	30
	Effectief overleg	30
	Reflectie: casuïstiek	32
	Intervisie en supervisie	33
3	Netwerken	35
	Duidelijke overeenstemming	35
	Sociale kaart	36
4	Hulpverleners	39
	Gereedschap bij domein Opvoeding	43
1	Gedrag inzichtelijk maken	43
2	Opvoedingsvaardigheden oefenen	44
3	Rust in huis creëren	47
	Gereedschap bij domein Relaties en vriendschap	51
1	Plattegrond van het netwerk	51
2	Eigen Kracht Conferentie	51
3	Contactherstelgesprek	52
4	Netwerk vergroten	53
5	Echtscheiding	54
6	Netwerk van pubers	55
	Gereedschap bij domein Lichamelijke gezondheid	59
1	Thermometer	59
2	Afspraak met een arts bij een lichamelijke aandoening/ (chronische) ziekte	59
3	Een gezonde levensstijl oefenen	60
4	Consultatiebureau bezoeken	61
5	Verslaving	61
6	Seksualiteit	62
	Gereedschap bij domein Emotionele gezondheid	69
1	De vier emoties in kaart brengen	69
2	Pesten tegengaan	71

3	Weerbaarheidsoefeningen	75
	Gereedschap bij domein Financiën	81
1	Overzicht financiën	81
2	Overzicht administratie	81
3	Inkomsten (verhogen)	82
4	Uitgaven (verlagen)	85
5	Schuldhelpverlening	85
6	Financiële opvoeding van kinderen	87
7	Als uw kind niet meer thuis woont	88
8	Pleegzorgvergoeding	89
	Gereedschap bij domein School, werk en vrije tijd	93
1	Opleiding kiezen	93
2	Solliciteren	94
3	Beroepskeuze	94
4	Bijbaantje	95
5	Vrije tijd	95
	Gereedschap bij domein Huisvesting	99
1	Wonen	99
2	Weetjes over wonen	100
3	Verhuizen of blijven?	101
	Gereedschap bij domein Justitie en veiligheid	105
1	Civiel recht en strafrecht	105
2	Een advocaat nodig	105
3	Relationeel geweld en (kinder)mishandeling	106
4	Maatregelen van kindbescherming	108
	Literatuur	109
	Werkplan	111
	Bijlagen	113
1	beloningssysteem	114
2	netwerk	115
3	thermometer	116
4	voedingsdagboek	117
5	emotiekaart	118

6 kasboek	119
7 onderwijsoverzicht	120
8 kleurplaat	121
Dank	123