

# Verkennen • werkblad

## Wil ik wat?

### 1. Mijn zelfinzicht vergroten

#### Levensterrein

Over welk levensterrein wil ik gesprekken voeren? Waarom? (Wonen, werken, leren, sociale contacten, vrijetijd, ouderschap, financiën).

---

---

#### Noodzaak

Interne noodzaak: Heb ik een wens? Hoe (on)tevreden ben ik met mijn huidige situatie?

Externe noodzaak: Is er druk van buitenaf? Welke invloed heeft dat?

---

---

#### Enthousiasme

Verlang ik naar verandering? Geloof ik dat ik het kan? Verwacht ik steun van anderen? Positieve verwachtingen?

---

---

#### Identiteitsbesef

Welke interesses heb ik? Welke waarden vind ik belangrijk?

---

---

#### Omgevingsbesef

Welke alternatieve omgevingen ken ik in mijn woonplaats/regio?

---

---

#### Samenwerkingsrelatie

Kan ik er zelfstandig mee aan de slag of wil ik er hulp bij? Is mijn begeleider de juiste persoon?

Hoe is onze samenwerking?

---

---

#### Conclusie

Ben ik, alles bij elkaar genomen, startklaar?  Ja: ga dan naar het werkblad Kiezen, Verkrijgen of Behouden.

Nee: ga dan verder met Mijn acties uitvoeren.

### 2. Mijn acties uitvoeren

#### Hindernissen benoemen

Zijn er hindernissen? Welke hindernissen zijn dat?

---

---

#### Hindernissen overwinnen

Welke hindernissen ga ik aanpakken en wat ga ik doen? Zie hulpmiddel 3 voor tips. Actie:

---

---