

# Behouden • werkblad

## Hoe houd ik het vast?

### 1. Mijn zelfinzicht vergroten

#### Participatiedoel

Ik wil

---

---

#### Eisen uit de omgeving

Welke concrete eisen worden er aan mij gesteld om mijn doel te behouden?

---

---

Wat lukt al? Welke knelpunten zijn er?

---

#### Eigen tevredenheid

Wat heb ik nodig om me tevreden te voelen met het behouden van mijn doel?

---

---

Wat lukt al? Welke knelpunten zijn er?

---

### 2. Mijn acties uitvoeren

Zijn er knelpunten en zo ja, welke?

---

#### Oplossingen bedenken per knelpunt

Aan welk knelpunt wil ik als eerste werken? Zie hulpmiddel 8 om elk knelpunt apart uit te werken.

---

---

Ik brainstorm samen met belangrijke anderen over mogelijke oplossingen. Ik kies een oplossing. Ik bedenk welke persoonlijke eigenschappen, vaardigheden en hulpbronnen mij kunnen helpen om de oplossing uit te voeren.

---

---

---

---

---

---

#### Oplossingen uitvoeren per knelpunt

Ik voer de oplossingen uit. Ik maak zo nodig samen met mijn begeleider een actieplan voor het versterken van vaardigheden en/of hulpbronnen. Hulpmiddel 9 en 10 kunnen hierbij helpen.