



INSTRUCTIES

VOOR DE HULPVERLENER

De Doelen Deelkaarten zijn ontworpen om te helpen bij het zichtbaar, behapbaar en concreet maken van persoonlijke doelen. Ze helpen bij het kiezen van een doel, het zetten van een kleine stap, en het reflecteren op wat dat heeft opgeleverd.

De kaarten zijn onderdeel van de bredere beweging rondom de Netwerkkintake en herstelgericht werken.

WAAROM DEZE KAARTEN

Veel jongvolwassenen vinden het lastig om doelen concreet te maken of gemotiveerd te blijven.

De kaarten helpen hen om:

- Hun eigen doelen zichtbaar te maken
- Concreet te werken aan iets dat voor henzelf belangrijk is
- Successen inzichtelijk te maken en hierop terug te kunnen kijken
- Naasten of steunfiguren te betrekken in hun proces
- Meer grip en eigenaarschap te ervaren in hun herstel

JOUW ROL ALS HULPVERLENER

1 INTRODUCEREN

Introduceer de kaarten op een natuurlijk moment: bijvoorbeeld na de Netwerkkintake, of wanneer een jongere zoekende is naar structuur of regie. Leg uit dat de kaarten een manier zijn om in stappen te werken aan zelfgekozen doelen. Bijvoorbeeld: "Deze kaarten kunnen helpen om kleine stappen zichtbaar te maken die jij belangrijk vindt." Laat de hulpvrager zelf kiezen of het past.

2 DOELEN HELPEN FORMULEREN

Je kan de jongvolwassene helpen om een doel te kiezen of een voorbeeld te geven van een doel dat klein, haalbaar en tastbaar is.

3 DOELENPARTNER

Besprek of iemand uit het netwerk kan helpen of meedenken. Zo wordt de jongvolwassene gestimuleerd om zijn of haar herstelproces te delen met naasten of een steunfiguur. Dit kunnen vrienden of familie zijn, of een ervaringsdeskundige.

De jongvolwassene kan ook iemand uit hun netwerk kiezen om mee samen te werken in een doelenperiode. De gekozen doelenpartner krijgt dan een eigen doelenkaart en instructies en werkt in dezelfde periode als de hulpvrager aan een eigen doel. De doelenpartner moedigt de hulpvrager aan en reflecteert samen op de doelen.

4 TUSSENTIJDSTIMULEREN

Vraag af en toe naar de doelenkaarten tijdens een contactmoment met de jongvolwassene. Vraag bijvoorbeeld hoe het gaat met een doel en of de jongvolwassene iets nieuws heeft ontdekt of geleerd, zodat het onderdeel van het gesprek over herstel wordt.

5 REFLECTIE EN AFRONDING

Na een aantal keer een doelenkaart gedaan te hebben, vult de jongvolwassene de reflectiekaart en krachtgever in. Als hulpverlener kan je helpen bij het terugkijken, inzichten ophalen en bemoedigen wat er al is bereikt.

TIPS

- De jongvolwassene kiest het doel en het tempo, jij ondersteunt als dat nodig is.
- De kaarten zijn geen verplichting.
- De doelenkaarten, reflectiekaarten en krachtgevers kunnen worden bijgeprint.
- Moedig het bundelen van ingevulde kaarten aan.
- Geef ruimte voor creatief gebruik. Veel jongvolwassenen vinden het bijvoorbeeld fijn om foto's te maken van de kaarten.