

Beste,

We willen jou beter leren kennen in het kader van jouw traject naar werk.

Met deze vragenlijst willen we een beeld krijgen van wie jij bent, hoe jij je voelt, wat jij doet en jouw omgeving. Bij het invullen kan je vertellen wat er al goed gaat, waarin je nog wil groeien en waar je ondersteuning kan gebruiken.

Probeer duidelijke antwoorden met concrete voorbeelden te geven. Er zijn geen goede of foute antwoorden. Neem de tijd die je nodig hebt. Je mag hulp vragen aan mensen die jou goed kennen.

Tijdens het volgende gesprek gaan we aan de slag met jouw antwoorden.

Veel succes!

NB: Bij sommige vragen zie je een nummer staan. Hier hoef je geen aandacht aan te besteden. Dit dient ter ondersteuning voor de bemiddelaar.

Naam

Datum



Jouw verwachtingen over werk

Wat is er op dit moment voor jou belangrijk?

Wat is jouw droom op het vlak van werk? (5)

Wat hoop je zeker te bereiken in jouw zoektocht naar werk? (5)

Wanneer zal dit traject zinvol voor jou zijn?



Wie jij bent

Stel jezelf even kort voor (+/- 5 regels).

Welke richting heb je op school gevolgd? (36)

Welke vakken lagen jou het meest en het welke het minst? (36/12)

Wat was de beste of leukste job/stage/vrijwilligerswerk die je al deed? Wat heeft hierin geholpen? (35/...)



Welke vond je de minst geslaagde of vervelendste job/stage/vrijwilligerswerk dat je deed? Wat heeft dit bepaald? (35/...)

Wat vind je zelf nog belangrijk dat wij over jou weten?

Hoe jij je voelt

Hoe fit/energiek voel jij je? (13) Duid aan op volgende schaal:

Helemaal niet 1 2 3 4 5 6 7 Heel erg

Wat maakt dat je deze score geeft? Licht toe met een voorbeeld(en)

Wat kan je helpen om je fitter/energieker te voelen?



Hoeveel zie jij jezelf werken? (13/37/...) Zet een kruisje op volgende schaal:

Duidt het aantal dagen aan

1 2 3 4 5 6 7

Wat maakt dat je deze score geeft? Licht toe met een voorbeeld(en)

Als je meer zou willen werken, wat kan jou dan helpen om meer te kunnen werken?

Kan jij lichamelijk zwaar werk verrichten? (13/42) Verduidelijk wat je aankan.

Werk jij graag samen of liever alleen? Motiveer je keuze (8)



Hoe voel jij je in je vel? (2/3/13/14/...) Duid aan op volgende schaal:

Helemaal niet goed Heel goed
1 2 3 4 5 6 7

Wat maakt dat je deze score geeft? Licht toe met een voorbeeld(en)

Wat heb je nodig om je beter in je vel te voelen?

Hoe tevreden ben jij met jezelf? (2/3) Duid aan op volgende schaal:

Helemaal niet Heel erg
1 2 3 4 5 6 7

Wat maakt dat je deze score geeft? Licht toe met een voorbeeld(en)

Wat kan jou helpen om meer tevreden over jezelf te zijn?



Hoezeer kom jij op voor jezelf en je eigen mening? (2) Duid aan op volgende schaal:

Helemaal niet Heel erg
1 2 3 4 5 6 7

Wat maakt dat je deze score geeft? Licht toe met een voorbeeld(en)

Wat kan je helpen om meer voor jezelf/je mening op te komen?

Hoe goed kan jij je concentreren op een taak? (9) Duid aan op volgende schaal:

Helemaal niet Heel goed
1 2 3 4 5 6 7

Wat maakt dat je deze score geeft? Licht toe met een voorbeeld(en)

Wat heb je nodig om je beter te concentreren op een taak?



Hoe goed kan jij onthouden? (9/15) Duid aan op volgende schaal:

Helemaal niet Heel goed
1 2 3 4 5 6 7

Wat maakt dat je deze score geeft? Licht toe met een voorbeeld(en)

Wat kan jou helpen om beter te onthouden?

Hoe makkelijk kan jij overweg met veranderingen? (11)

Helemaal niet Heel goed
1 2 3 4 5 6 7

Wat maakt dat je deze score geeft? Licht toe met een voorbeeld(en)

Wat helpt jou om beter met veranderingen om te kunnen gaan?



Welke groeimogelijkheden zie jij bij jezelf? (12/...)

Wat jij doet

In welke taal/talen kan jij lezen? (16/39)

In welke taal/talen kan jij schrijven? (16/39)

Hoe vaak schrijf en verstuur jij een e-mail? (16)

Nooit 1 2 3 4 5 6 7 Heel vaak

In welke mate gebruik jij het internet om informatie op te zoeken? (16/18)

Helemaal niet 1 2 3 4 5 6 7 Heel veel



Hoe ziet een gemiddelde dag er voor jou uit? (10)

Hoe ziet een goede dag er voor jou uit? (10/...)

Hoe ziet een moeilijke dag er voor jou uit? (10/...)

Welke activiteiten of hobby's geven jou energie/plezier? (27)

Welke vorm van beweging doe jij? (27/23)

Welke activiteiten doe jij met vrienden, familie, kennissen... ? (27)



Ben jij lid van een vereniging, club... ? Zo ja, van welke? (27)

Hoe verplaats jij je (fiets, auto, openbaar vervoer...)? (21)

Welk inkomen heb jij momenteel? Kan je hiermee rondkomen? (26)

Welke manieren om werk te vinden ken je? (18/12)

Welke acties heb je al ondernomen om werk te vinden? (19)

Hoe ziet jouw woonsituatie eruit (soort woning, gezelschap, staat, zekerheid van woonst...)? (24)



Hoe tevreden ben je over jouw woonsituatie? (24) Duid aan op volgende schaal:

Helemaal niet Heel erg
1 2 3 4 5 6 7

Wat maakt dat je deze score geeft? Licht toe met een voorbeeld(en)

Wat zou een verbetering van je woonsituatie inhouden?

Hoe ontspannen ben jij over het algemeen? (20/2/38/...) Duid aan op volgende schaal:

Helemaal niet Heel erg
1 2 3 4 5 6 7

Wat maakt dat je deze score geeft? Licht toe met een voorbeeld(en)

Wat heb je nodig om je meer ontspannen te voelen?

Wat vind jij een stresserende situatie? (20) Geef eens een voorbeeld.



Hoe merk jij aan jezelf dat je gestresseerd bent? (20/38)

Hoe merken anderen aan jou dat je gestresseerd bent? (20/38)

Wanneer lukte het jou om met een stresserende situatie om te gaan? (20)

Wat deed je toen (anders)? (20)



Jouw omgeving

Hoeveel contact heb jij met je familie? (28)

Geen 1 2 3 4 5 6 7 Heel veel

In welke mate voel je je ondersteund door hen?

Niet 1 2 3 4 5 6 7 Heel veel

Welke ondersteuning krijg jij van hen?

Hoeveel contact heb jij met vrienden/kennissen? (29)

Geen 1 2 3 4 5 6 7 Heel veel

In welke mate voel jij je ondersteund door hen?

Niet 1 2 3 4 5 6 7 Heel veel

Welke ondersteuning krijg jij van hen?

Met welke hulpverleners, begeleiders, organisaties... heb je contact ? (32)

Hoeveel ondersteuning krijg jij van hen?

Neem jij medicatie? Indien ja welke? (34)

In welke mate ben je tevreden over de werking hiervan? (34) Duid aan op volgende schaal:

Niet Heel tevreden
1 2 3 4 5 6 7

Ervaar je bijwerkingen? Duid aan op volgende schaal:

Geen Heel veel
1 2 3 4 5 6 7

Welke invloed heeft de medicatie op jou?

Welke hulpmiddelen gebruik jij (rolstoel, kruk, brace, gehoorapparaat...)? (34)

Welke invloed heeft dit op jou?

Dank je wel om deze vragenlijst in te vullen.

