

Hoe werken we?

We werker altijd **samen met de ander** aan de vraag en vaak op basis de leefgebieden van MOVISIE. Via onderstaande vragen kan je zelf eens kijken waar je leven zou willen verbeteren.

- Wat gaat goed
- Wat kan beter?
- Hoe doe ik dat?

Dit model gaat uit van de **eigen kracht van iedereen** en het **gewone dagelijks leven verbeteren**. Iemand kan vragen hebben in meerdere leefgebieden, waardoor men het overzicht kwijt raakt. Daarom wordt in dit model gekeken naar:

- **Eerst de basis** in orde krijgen: financiën en huisvesting verbeteren, daarna de rest aanpakken.

Training Je leven op orde

Dit is ook de basis van de training *Je leven op orde*; zelf leren door **te doen**, met ondersteuning van anderen daar waar nodig en te beginnen met geldzorgen verminderen, een administratie opzetten en je dagelijks leven thuis verbeteren.

Hieronder staat de vragenlijst van MOVISIE per leefgebied als voorbeeld. Zo kan je voor jezelf bekijken waar je tegenaan loopt en wat je graag aan wilt pakken.

Leefgebied Ik zoek advies over

Huisvesting	<input type="checkbox"/> zelfstandig wonen <input type="checkbox"/> inrichting, meubels vinden, sparen voor spullen <input type="checkbox"/> urgentieverklaring <input type="checkbox"/> contact met de buren <input type="checkbox"/> huurachterstand <input type="checkbox"/> schoonmaken huis <input type="checkbox"/> wassen/koken/opruimen <input type="checkbox"/> gezonder leren koken <input type="checkbox"/> ik heb een andere vraag:
Financiën	<input type="checkbox"/> inkomen <input type="checkbox"/> vaste lasten betalen <input type="checkbox"/> schulden stoppen/verminderen <input type="checkbox"/> inkomensbeheer / op tijd rekeningen betalen <input type="checkbox"/> inzicht in financiën

	<input type="checkbox"/> goedkoper leren leven <input type="checkbox"/> huur / zorg toeslag en andere regelingen <input type="checkbox"/> ik heb een andere vraag:
Sociaal functioneren en gezonder leven	<input type="checkbox"/> contact met familie en vrienden verbeteren <input type="checkbox"/> omgaan met hulpverleners <input type="checkbox"/> omgaan met instanties <input type="checkbox"/> sociale vaardigheden <input type="checkbox"/> opvoeden van de kinderen <input type="checkbox"/> eigen gedrag willen veranderen (ruzie te voorkomen) <input type="checkbox"/> leren omgaan met agressie / tegenslagen <input type="checkbox"/> gezonder willen leven <input type="checkbox"/> ik heb een andere vraag:
Psychisch en lichamelijk functioneren	<input type="checkbox"/> mij weer lekker in mijn vel gaan voelen <input type="checkbox"/> hoe kan ik mijzelf aardiger vinden <input type="checkbox"/> hoe kan ik beter met mijn medicijnen leren omgaan <input type="checkbox"/> ik wil leef regels opstellen om beter met mijn leven om te leren gaan <input type="checkbox"/> ik wil mijn zelfvertrouwen vergroten <input type="checkbox"/> ik wil mijn trauma's verwerken <input type="checkbox"/> ik wil mijn ziekte inzicht vergroten <input type="checkbox"/> ik wil een betere behandeling in de zorg krijgen <input type="checkbox"/> ik wil van mijn verslaving af <input type="checkbox"/> ik wil beter overleg met hulpverleners <input type="checkbox"/> ik wil een crisis kaart maken (wat moet er gebeuren bij een verergering/terugval) <input type="checkbox"/> ik heb een andere vraag:
Zingeving en werk	<input type="checkbox"/> ik wil graag bespreken welke waarden en normen belangrijk zijn voor mij <input type="checkbox"/> ik wil onderzoeken: waar ligt mijn passie / interesse ? <input type="checkbox"/> ik wil onderzoeken: wat zijn voor mij zinvolle activiteiten <input type="checkbox"/> ik wil graag vrijwilligerswerk / studie oppakken <input type="checkbox"/> ik wil graag weer betaald werk vinden <input type="checkbox"/> ik heb een andere vraag:

Meer weten?

<https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/publication-attachment/Leefgebiedenwijzer%20%5BMOV-10489411-1.0%5D.pdf>

<https://www.movisie.nl/themas>

<https://www.petra-van-leeuwen.nl/het-8-fasenmodel/>