Nier Groei-wijzer 12 - 16 jaar:
Goed bezig (voor ouders)

Naam: .....

.....

Als uw kind opgroeit verandert er veel voor u en uw kind. Stap voor stap wordt uw kind zelfstandiger, regelt hij/zij dingen zelf en krijgt hij/zij eigen taken. Zo bereidt hij/zij zich voor op later. De Nier Groei-wijzer[1], 'Vaardigheden voor zelfstandig leven' is een serie van 3 lijsten. Deze helpt u om te ontdekken welke stappen uw kind kan zetten om zelfstandiger te worden, wat hij/zij al kan en waar hij/zij aan wil werken de komende periode. 'Goed Bezig' is de tweede lijst in de serie.

Voor wie is de vragenlijst bedoeld?

'Goed Bezig' is bedoeld voor ouders van jongeren in de leeftijd van 12-16 jaar, die nadenken over de toekomst van hun kinderen en de veranderingen die daarbij op hun weg komen.
Zelfstandig worden doet uw kind niet alleen. Vul de lijst zelf in en laat uw kind er ook een invullen apart van u. Daarna kunt u met uw kind bespreken wat hij/zij al kan, wat hij/zij zou willen leren en hoe hij/zij dat ziet. Door samen te praten kunnen goede plannen gemaakt worden en ontdekt u nieuwe mogelijkheden voor uw kind!

Enkele tips:

- Vul in de Nier Groei-wijzer in wat uw kind al kan. Zet de datum erboven. Is een onderwerp klaar of niet van toepassing, vul dan de laatste kolom in: klaar.
- Soms lijkt een stelling niet van toepassing op uw kind. Probeer dan creatief na te denken hoe u de vraag wel op uw kind kunt laten slaan. De vragen zijn een prikkel om u te laten nadenken over de zelfstandigheid van uw kind. Als uw kind bijvoorbeeld iets zelf niet kan uitvoeren door een beperking kan hij/zij misschien wel leren om zelf hulp te regelen om het uit te voeren. Dan wordt hij/zij dus ook zelfstandiger en minder afhankelijk van anderen.
- Praat samen met uw kind over wat hij/zij tegenkomt. Wat zou uw kind graag willen leren? Waar wil uw kind zelfstandiger in zijn? Maak samen een plan van aanpak op het invulformulier met de naam: 'Aan de slag'.
- Pak de Nier Groei-wijzer er na verloop van tijd gerust weer bij en kijk waar uw kind nu staat. Misschien is hij/zij alweer een stap verder en kan hij/zij een nieuw punt aanpakken!
- De 9 plaatjes van de Nier Groei-wijzer verwijzen naar 9 gebieden waarop uw kind zelfstandig wordt. Als uw kind geen leerpunten meer heeft bij de meeste gebieden, kunnen jullie doorgaan met de volgende Nier Groei-wijzer 'Hier ben ik'.
- Veel achtergrondinformatie kunt u vinden op www.opeigenbenen.nu Daar vindt u dezelfde plaatjes als op de Nier Groei-wijzer, waardoor u snel bij de juiste informatie terecht komt.
- Als u of uw kind er niet uitkomen hoe uw kind iets kan leren, vraag dan hulp aan het behandelteam.

Kenniscentrum ZORGINNOVATIE — Op Eigen Benen Vooruit! — NIERSTICHTING GEEFT TOEKOMST — www.OpEigenBenen.nu

[1] De Nier Groei-wijzer is gebaseerd op de Groei-wijzer die door Het UMCG, revalidatiecentrum Blixembosch, Mytylschool Eindhoven, Erasmus MC en TransitieNet is ontwikkeld op basis van de Developing the Skills for Growing Up (Holland Bloorview Kids Rehabilitation Hospital in Toronto, Canada). Nier Groei-wijzer is gefinancierd door de Nierstichting. De gebruikte icoontjes zijn ontwikkeld door Op Eigen Benen in samenwerking met TransitieNet.

CC BY NC ND

12 - 16 jaar NIER GROEI-WIJZER: Goed bezig (voor ouders)

Ik

		datum	datum	datum	klaar
1	Mijn kind weet dat hij/zij recht op privacy heeft (privacy is dat je dingen kunt doen zonder dat anderen zich er teveel mee bemoeien)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
2	Mijn kind weet dat hij/zij mag meebeslissen bij belangrijke beslissingen die over hem/haar gaan	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
3	Mijn kind weet dat hij/zij vanaf 12 jaar samen met mij verantwoordelijk is voor beslissingen in zijn/haar medische behandeling	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
4	Mijn kind weet wat hij/zij moet doen of hoe hij/zij zich moet gedragen om dingen geregeld te krijgen (afspraak maken, mening geven, informatie opvragen etc.)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
5	Mijn kind kan opkomen voor zichzelf op die plaatsen waar hij/zij regelmatig komt (school, thuis, winkel, bibliotheek, sportclub, chat site, etc.)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
6	Mijn kind weet bij wie hij/zij terecht kan als hij/zij het moeilijk heeft	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
7	Mijn kind is tevreden met zijn/haar uiterlijk	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
8	Mijn kind kent 3 lichamelijke veranderingen die optreden in de puberteit bij jongens en bij meisjes	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
9	Mijn kind kan anderen vertellen wat hij/zij heeft en wat dat praktisch voor hem/haar betekent (vrienden, op school, familie)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
10	Mijn kind weet waar hij/zij betrouwbare informatie kan vinden over nieraandoeningen, voeding, seksualiteit etc.	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

Zorg, gezondheid

		datum	datum	datum	klaar
Voeding					
1	Mijn kind weet wat gezond en ongezond eten en drinken is	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
2	Mijn kind kent de risico's van roken, alcohol en drugs	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
3	Mijn kind weet wat nieren doen en wat er bij hem/haar anders is	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
4	Mijn kind weet wat een gezond gewicht is	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

zorg

Zorg, gezondheid

		datum	datum	datum	klaar
Symptomen en medicatie					
5	Mijn kind denkt zelf op tijd aan het innemen van zijn/haar medicijnen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
6	Mijn kind weet welke medicijnen hij/zij slikt, waarvoor hij/zij deze slikt en wat de bijwerkingen zijn	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
7	Mijn kind weet wat hij/zij moet doen als hij/zij zijn/haar medicijnen vergeet	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
8	Mijn kind vraagt zelf om een recept als zijn/haar medicijnen op zijn	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
9	Mijn kind vertelt als er iets is veranderd of als hij/zij klachten heeft (bloed in de urine, dikke benen, pijn bij plassen etc.)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
In het ziekenhuis					
10	Mijn kind weet wie zijn/haar behandelaars zijn en waarom hij/zij daar is	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
11	Mijn kind begrijpt wat de dokter of verpleegkundige hem/haar vertelt	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
12	Mijn kind vertelt de dokter of verpleegkundige wat hij/zij voelt en denkt	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
13	Mijn kind stelt zelf vragen tijdens zijn/haar spreekuur bij de dokter en andere zorgverleners	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
14	Mijn kind beantwoordt zelf vragen die de dokter en andere zorgverleners stellen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
15	Mijn kind gaat af en toe alleen naar afspraken met de dokter en andere zorgverleners	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
16	Mijn kind beslist mee over zijn/haar eigen behandeling	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
17	Mijn kind heeft zelf overzicht over zijn/haar medische gegevens	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
18	Mijn kind weet wanneer hij/zij een afspraak in het ziekenhuis heeft	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
19	Mijn kind weet wat de risico's zijn voor zijn/haar gezondheid als hij/zij zich niet aan de voorgeschreven behandeling houdt	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
20	Mijn kind bespreekt met zijn/haar dokter welke zorg hij/zij in de toekomst nodig heeft (volwassenenzorg, jongerenpoli)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
21	Mijn kind weet wat hij/zij mee moet nemen bij een ziekenhuisopname (medicijnen, lijst met medicijn-tijden etc.)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
22	Mijn kind maakt zijn/haar eigen afspraken met de dokter en andere zorgverleners	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

zorg

Zorg, gezondheid

		datum	datum	datum	klaar
23	Mijn kind weet welke vormen van behandeling er zijn als zijn/haar eigen nieren het niet meer doen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
24	Mijn kind bespreekt wat de vooruitzichten zijn van zijn/haar nieraandoening in de toekomst	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
	Dialyse				
25	Mijn kind kent het dialyseapparaat en welke aspecten daarbij komen kijken (bijv. opbouwen, aan- en afsluiten, opruimen)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
26	Mijn kind weet waar hij/zij niet geprikt mag worden bij een bloedafname of infuus	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
	Transplantatie				
27	Mijn kind weet waarom hij/zij regelmatig naar de wc moet en dat zijn/haar plas ophouden niet goed is	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
28	Mijn kind weet waar een donornier vandaan komt	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
29	Mijn kind weet dat de functie van een donornier ook kan verminderen en wat een afstoting is	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

wonen

Zelfstandigheid en wonen

		datum	datum	datum	klaar
1	Mijn kind weet wat hij/zij in noodsituaties moet doen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
2	Mijn kind regelt zijn/haar dagelijkse verzorging zelf (kleding uitzoeken, douchen etc.)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
3	Mijn kind is verantwoordelijk voor een paar huishoudelijke klusjes	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
4	Mijn kind kan alleen thuis zijn	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
5	Mijn kind doet weleens boodschappen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
6	Mijn kind kookt weleens (samen met mij of anderen)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
7	Mijn kind heeft toegang tot zijn/haar eigen bankrekening	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

relaties

Vriendschap en relaties

		datum	datum	datum	klaar
1	Mijn kind brengt tijd door met zijn/haar vrienden buiten school	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
2	Mijn kind kan contact met andere jongeren maken	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
3	Mijn kind kent de mogelijke gevaren van Internet en chat sites (MSN, Hyves, Facebook etc.)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
4	Mijn kind kiest zelf uit wat hij/zij in zijn/haar vrije tijd doet	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
5	Mijn kind geeft zijn/haar grenzen aan in een verzorgingsrelatie waarin lichamelijk contact een rol speelt	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
6	Mijn kind geeft zijn/haar grenzen aan als hij/zij verkering heeft waarbij lichamelijk contact een rol speelt	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
7	Mijn kind weet wat veilig vrijen is en waarom het belangrijk is	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
8	Mijn kind kent verschillende voorbehoedsmiddelen en weet hoe hij/zij eraan kan komen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
9	Mijn kind durft zijn/haar dokter vragen te stellen over puberteit en seksualiteit	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
10	Mijn kind weet wat de invloed van zijn/haar nier-aandoening is op seksualiteit	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

studie

School

		datum	datum	datum	klaar
1	Mijn kind weet welke ondersteuning en aanpak hij/zij nodig heeft om goed mee te kunnen op school	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
2	Mijn kind kent de instanties en personen waar hij/zij om hulp kan vragen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
3	Mijn kind weet wat zijn/haar mogelijkheden en interesses zijn met het oog op zijn/haar beroepskeuze	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
4	Mijn kind praat met anderen over wat hij/zij na de middelbare school wil doen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
5	Mijn kind denkt mee over welke opleiding hij/zij gaat volgen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
6	Mijn kind maakt zijn/haar huiswerk zelfstandig	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
7	Mijn kind plant zijn/haar agenda zelf	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
8	Mijn kind weet hoe zijn/haar nieraandoening zijn/haar leren beïnvloedt	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

12-16 jaar NIER GROEI-WIJZER: Goed bezig (voor ouders)

studie

School

		datum	datum	datum	klaar
2	Mijn kind kent de instanties en personen waar hij/zij om hulp kan vragen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
3	Mijn kind weet wat zijn/haar mogelijkheden en interesses zijn met het oog op zijn/haar beroepskeuze	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
4	Mijn kind praat met anderen over wat hij/zij na de middelbare school wil doen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
5	Mijn kind denkt mee over welke opleiding hij/zij gaat volgen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
6	Mijn kind maakt zijn/haar huiswerk zelfstandig	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
7	Mijn kind plant zijn/haar agenda zelf	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
8	Mijn kind weet hoe zijn/haar nieraandoening zijn/haar leren beïnvloedt	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
9	Mijn kind gaat zelf naar school	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

vervoer

Vervoer

		datum	datum	datum	klaar
1	Mijn kind kan zelfstandig reizen (fiets, bus, trein, metro, taxi)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
2	Mijn kind kan zelfstandig over straat gaan (fiets, lopend)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

sport

Sport

		datum	datum	datum	klaar
1	Mijn kind doet aan lichaamsbeweging (lopen, fietsen, sporten)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
2	Mijn kind is lid van een sportclub of sportschool	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

vrije tijd

Vrije tijd

		datum	datum	datum	klaar
1	Mijn kind heeft een hobby	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
2	Mijn kind is lid van een club of vereniging (geen sport)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
3	Mijn kind doet mee aan buitenschoolse activiteiten	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

vrije tijd

Vrije tijd

		datum	datum	datum	klaar
4	Mijn kind doet uitstapjes met anderen (naar de film, naar de stad)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
5	Mijn kind zegt het tegen zijn/haar vrienden als hij/zij iets niet kan doen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
6	De vrienden van mijn kind begrijpen dat hij/zij soms niet mee kan doen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
7	Mijn kind weet wat hij/zij moet regelen en mee moet nemen als hij/zij gaat logeren	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
8	Mijn kind weet welke organisaties en activiteiten er zijn voor jongeren met een nieraandoening	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
9	Mijn kind gaat weleens een paar dagen weg zonder mij	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

werk

Werk

		datum	datum	datum	klaar
1	Mijn kind oriënteert zich op een bijbaantje, vrijwilligerswerk of werk	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

Aan de slag! (voor ouders)

ingevuld dd:

Stap 1: Aan de volgende punten kan mijn kind werken om zelfstandiger te worden:

1
2
3

Stap 2: Welke stappen kan mijn kind ondernemen?

Stap 3: Wanneer gaat mijn kind het doen?

Actie:	Datum:

Aan de slag! (voor ouders)

ingevuld dd:

Stap 1: Aan de volgende punten kan mijn kind werken om zelfstandiger te worden:

1
2
3

Stap 2: Welke stappen kan mijn kind ondernemen?

Stap 3: Wanneer gaat mijn kind het doen?

Actie:	Datum:

Aan de slag! (voor ouders)

ingevuld dd:

Stap 1: Aan de volgende punten kan mijn kind werken om zelfstandiger te worden:

1
2
3

Stap 2: Welke stappen kan mijn kind ondernemen?

Stap 3: Wanneer gaat mijn kind het doen?

Actie:	Datum: