Nier Groei-wijzer 17+ jaar:
Hier ben ik (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. 'Hier ben ik' is de derde en laatste lijst in de serie.

Voor wie is de vragenlijst bedoeld?

'Hier ben ik' is bedoeld voor ouders van jongvolwassenen in de leeftijd van 17 jaar en ouder, die nadenken over de toekomst van hun kind en de veranderingen die daarbij op hun weg komen. Vul de lijst in en bespreek zo nodig met uw kind wat hij/zij al kan, wat hij/zij zou willen leren en hoe hij/zij dat ziet. Door samen te praten kunnen jullie goede plannen maken!

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.
- 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). De 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

17+ NIER GROEI-WIJZER: Hier ben ik (voor ouders)

Ik

		datum	datum	datum	klaar
1	Mijn kind denkt na over hoe hij/zij zelfstandig wordt binnen ons gezin	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
2	Mijn kind denkt na over hoe hij/zij zich in de toekomst financieel kan redden	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
3	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	☐
4	Mijn kind heeft iemand om over persoonlijke dingen te praten, als hij/zij ergens mee zit	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
5	Mijn kind weet wat zijn/haar talenten zijn	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
6	Mijn kind is tevreden met zijn/haar uiterlijk	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
7	Mijn kind weet wat de vooruitzichten zijn van zijn/haar nieraandoening in de toekomst	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
8	Mijn kind kan anderen vertellen wat hij/zij heeft en wat dat praktisch voor hem/haar betekent (vrienden, op school/werk, familie)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
9	Mijn kind weet wat zijn/haar aandoening voor gevolgen heeft voor zijn/haar (zorg)verzekering	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
10	Mijn kind weet waar hij/zij informatie en hulp kan krijgen over zijn/haar nieraandoening	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 gezondheidsrisico's risico's van roken, alcohol en drugs	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
3	Mijn kind weet wat een gezond gewicht is	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
Symptomen en medicatie					
4	Mijn kind weet welke medicijnen hij/zij kan gebruiken voor onschuldige kwaaltjes (bijv. verkoudheid of hoofdpijn)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
5	Mijn kind weet welke medicijnen hij/zij slikt, waarvoor hij/zij deze slikt en wat de bijwerkingen zijn	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
6	Mijn kind weet hoe hij/zij aan zijn/haar medicijnen kan komen (bijv. via dokter of apotheek)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
7	Mijn kind denkt zelf op tijd aan het innemen van zijn/haar medicijnen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

zorg

Zorg, gezondheid

		datum	datum	datum	klaar
8	Mijn kind weet wat hij/zij moet doen als hij/zij vergeten is zijn/haar medicijnen in te nemen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
	In het ziekenhuis				
9	Mijn kind kan anderen uitleggen wat zijn/haar medische voorgeschiedenis is	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
10	Mijn kind beslist samen met zijn/haar dokter welke behandeling nodig is	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
11	Mijn kind ondertekent medische toestemmings-verklaringen zelf	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
12	Mijn kind regelt zelf zijn/haar poliafspraken	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
13	Mijn kind gaat alleen naar spreekuurafspraken of bepaalt wie er meegaat	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
14	Mijn kind stelt zelf de meeste vragen tijdens het spreekuur	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
15	Mijn kind beantwoordt zelf de meeste vragen tijdens het spreekuur	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
16	Mijn kind heeft plannen gemaakt voor de overstap naar de jongerenpoli / volwassenenzorg	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
17	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	☐
18	Mijn kind weet wanneer hij/zij zijn/haar dokter/ verpleegkundige moet waarschuwen als hij/zij ziek is	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
	Dialyse				
19	Mijn kind kent het dialyseapparaat en welke aspecten daarbij komen kijken (bijv. opbouwen, aan- en afsluiten, opruimen)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
20	Mijn kind weet hoe hij/zij zijn/haar bloeddruk moet meten en wanneer hij/zij de dokter moet waarschuwen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
	Transplantatie				
21	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	☐

17+ NIER GROEI-WIJZER: Hier ben ik (voor ouders)

wonen

Zelfstandigheid en wonen

		datum	datum	datum	klaar
1	Mijn kind kan zelf zijn/haar maaltijden klaarmaken	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
2	Mijn kind kan zelf zijn/haar was doen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
3	Mijn kind beheert zijn/haar eigen geld	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
4	Mijn kind koopt zelf de dingen die hij/zij nodig heeft	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
5	Mijn kind denkt na over zijn/haar toekomstige woonsituatie	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
6	Mijn kind weet welke voorzieningen hij/zij nodig heeft (bijv. aangepast vervoer, een rugzakje)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
7	Mijn kind kan goed zoutloos en eiwitbeperkt koken	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

relaties

Vriendschap en relaties

		datum	datum	datum	klaar
1	Mijn kind doet mee aan sociale activiteiten en ontspanning voor jongeren en volwassenen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
2	Mijn kind doet dingen met zijn/haar vrienden in zijn/haar vrije tijd	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
3	Mijn kind onderhoudt zelf vriendschappen en relaties in direct contact, via telefoon, e-mail	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
4	Mijn kind nodigt vrienden, familie bij hem/haar thuis uit	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
5	Mijn kind kan nieuwe contacten maken	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
6	Mijn kind weet wat ongezonde intieme relaties zijn (loverboys)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
7	Mijn kind kent verschillende voorbehoedsmiddelen en weet hoe hij/zij eraan kan komen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
8	Mijn kind weet de invloed van zijn/haar nieraandoening op seksualiteit	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
9	Mijn kind weet de invloed van zijn/haar nieraandoening op zwangerschap / ouderschap en erfelijkheid	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
10	Mijn kind bespreekt vragen over seksualiteit en erfelijkheid met zijn/haar dokter	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
11	Mijn kind weet waar hij/zij informatie kan krijgen over hulp(middelen) bij seks in relatie met zijn/haar nier-aandoening en hoe hij/zij eraan kan komen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
12	De vrienden van mijn kind weten dat hij/zij een nieraandoening heeft	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
13	Mijn kind zegt het tegen zijn/haar vrienden als hij/zij iets niet kan doen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

17+ NIER GROEI-WIJZER: Hier ben ik

relaties

Vriendschap en relaties

		datum	datum	datum	klaar
14	De vrienden van mijn kind begrijpen dat hij/zij soms niet mee kan doen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

studie

Studie en opleiding

		datum	datum	datum	klaar
1	Mijn kind heeft plannen gemaakt voor wat hij/zij gaat doen als hij/zij klaar is met school	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
2	Mijn kind weet waar hij/zij hulp kan krijgen om zijn/haar opleiding goed te doen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
3	Mijn kind weet hoe hij/zij aan een stageplaats kan komen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
4	Mijn kind weet wat hij/zij over zijn/haar nier-aandoening kan zeggen in een oriënterend gesprek, aanmelding of sollicitatie	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

vervoer

Vervoer

		datum	datum	datum	klaar
1	Mijn kind gaat zelfstandig met het openbaar vervoer (bus, trein, metro) of de taxi	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
2	Mijn kind neemt zelfstandig deel aan het verkeer (fiets, brommer, auto)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

sport

Sport

		datum	datum	datum	klaar
1	Mijn kind heeft een gezonde leefstijl en voldoende lichaamsbeweging (sporten / fietsen naar school / werk)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
2	Mijn kind is lid van een sportclub of sportschool	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

17+ NIER GROEI-WIJZER: Hier ben ik

vrije tijd

Vrije tijd

		datum	datum	datum	klaar
1	Mijn kind gaat uit met anderen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
2	Mijn kind kan zelfstandig op vakantie gaan	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
3	Mijn kind zoekt en/of doet activiteiten in zijn/haar (nieuwe) woonomgeving	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
4	Mijn kind weet welke organisaties en activiteiten er zijn voor jongeren met een nieraandoening	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐

werk

Werk

		datum	datum	datum	klaar
1	Mijn kind heeft vrijwilligerswerk, een vakantiebaantje of een baan	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
2	Mijn kind weet wat hij/zij wil bereiken in zijn/haar (toekomstige) werk en/of studie	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
3	Mijn kind weet waar hij/zij hulp kan krijgen om zijn/haar werk goed te doen	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
4	Mijn kind weet wie hem/haar kan helpen bij het vinden van werk (bijv. UWV)	Ja / Nee	Ja / Nee	Ja / Nee	☐
5	Mijn kind weet wat de invloed van zijn/haar nier-aandoening is op zijn/haar 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: