

SOCIOGRAM

Ieder van ons heeft wel een vaag idee van wie of wat er dicht bij ons staat.
We ontdekten het o.a. in de opdracht: ik heb een probleem en ik kan steun vragen bij ...

Met een sociogram breng je in beeld wie er in je sociale kringen zit.

1 jijzelf

2 bij wie kan je altijd terecht
Bij wie zou jij zelfs midden in de nacht mogen aanbellen voor een babbel, een probleem, ...
En wie kan dit dan ook bij jou doen?
.....
.....
.....
.....

3 bij wie kan je vaak terecht
maar misschien niet op ieder moment van de dag/nacht
.....
.....
.....
.....

4 personen of instituties die iets verder van jou staan
maar waarvan je weet dat je erop kan rekenen. Je vertrouwt hen en hebt er ook een bepaalde band mee. Bij hen kan je terecht voor eerder specifieke zaken: om op de hond te passen als je niet thuis bent, om eens iets te drinken, voor een deugd-doende massage, als je financiële vragen hebt, ...?
.....
.....
.....
.....

5 gespecialiseerde diensten met een welbepaalde expertise
diensten waar je eerder onbekende personen contacteert die jou helpen als je de juiste hulp niet vindt in de andere cirkels.
.....
.....
.....
.....