

# PROCES

## SIGNALEN VAN AFRONDING

Er komt een moment dat de deelnemer er klaar voor is om weer afscheid te nemen en zijn eigen weg te vervolgen. De deelnemer kan dit over het algemeen zelf goed aanvoelen, maar er zijn ook signalen op te merken waar je hem bewust van kunt maken. Wellicht zie jij al begeleider al eerder dat hij zover is, dan hij zelf of het kan hem net dat beetje extra vertrouwen geven om deze stap te maken.

01

### DENKEN IN MOGELIJKHEDEN

Waar hij voorheen wantrouwig was en dacht in beperkingen, is hij nu optimistisch: hij erkent het 'gedoe' in zijn leven, maar heeft ook vertrouwen in een positieve uitkomst. "Het voelt alsof ik uit een 'kokervisie' kom en weer mogelijkheden zie."

02

### FLEXIBILITEIT EN OPENHEID

Hij gaat makkelijker mee in (onverwachte) veranderingen en stelt zich flexibeler op. Ook geeft hij meer openheid over wat hem bezighoudt en hoe hij het leven ervaart.

03

### ZINGEVING

Er is weer een stip op de horizon. Deze is misschien niet altijd even duidelijk, maar de zin om te ontdekken hoe zij hun verdere leven invulling willen geven, staat meer op de voorgrond en wordt benaderd vanuit speelse nieuwsgierigheid.

04

### PLEZIER

Er is meer levensenergie. Zo lacht hij meer, maakt vaker grapjes, beweegt losjes en ontspannen en neemt wellicht wat meer verzorgende taken op zich (bijv: koffie zetten, water uitdelen, anderen vragen hoe het met hen gaat). Ook buiten de stichting doet hij weer dingen waar hij blij van wordt.

05

### EMOTIONEEL IN BALANS

Wanneer er iets gebeurt, raakt hij minder snel uit balans. Hij weet nu dat hij emoties kan toelaten, omdat hij ook weet hoe hij hier weer van terug kan komen. Zo vliegt hij minder (snel) uit de bocht en blijft hij goed in contact met zichzelf en zijn omgeving.

06

### STERK GEVOEL VAN 'ZELF'

Hieronder valt onder andere goede zelfzorg, eigen normen en waarden kennen en hier invulling aan kunnen geven, weten wat zijn verantwoordelijkheden zijn en wat niet, eigenaarschap kunnen nemen over zijn eigen leven.