



Voor- en nameting voor het kind/jongere

Welkom bij jouw coachingstraject!

**Hoi!**

**Wat ontzettend leuk dat ik de kans krijg om jouw coach te zijn. Voordat we van start gaan, is het belangrijk om een goed beeld te krijgen van waar je nu staat en wat jouw doelen zijn.**

**Daarvoor heb ik een vragenlijst opgesteld. Het zou super zijn als je deze samen met je ouders invult bij de start. Zo krijgen we een duidelijk startpunt voor ons traject. Aan het einde van ons avontuur vullen we de vragenlijst opnieuw in. Dit helpt ons om jouw groei te zien en te vieren wat je allemaal hebt bereikt!**

**Zo werkt het:**

- 1. Startpunt: Vul de vragenlijst in als ons officiële startsein.**
- 2. Check-in: Halverwege bekijken we samen hoe het gaat.**
- 3. Eindpunt: We vullen de vragenlijst nogmaals in om jouw succes te vieren.**

**Ik kijk er naar uit om samen met jou aan deze reis te beginnen.**

**Heel veel groetjes,  
Jouw coach**

Voor- en nameting voor het kind/jongere

Eerst wat algemene vragen

**Vul deze vragenlijst alsjeblieft in aan het begin én aan het einde van het traject.**

\* 1. Wat is de naam van de coachingspraktijk waar je heen gaat of ging?

\* 2. Hoe oud ben je?

\* 3. Ben je een jongen, een meisje of beschrijf je je liever anders?

Meisje

Jongen

Anders

\* 4. In welke groep of klas zit je?



## Voor- en nameting voor het kind/jongere

Over jezelf.

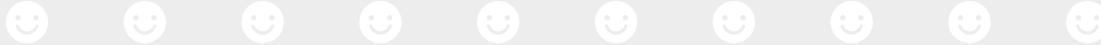
**De volgende vragen gaan over hoe je je meestal voelt, wat je denkt of wat je doet. Geef jezelf een cijfer van 1 tot 10. Kies het getal dat op dit moment het beste bij je gevoel past.**

**1 smiley = Helemaal nooit**

**10 smileys = Altijd**

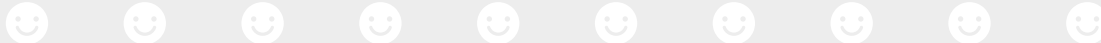
\* 5. Ik voel me blij en zeker over mezelf

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10



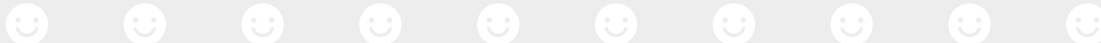
\* 6. Ik vind het makkelijk om rustig te blijven, ook als ik veel te doen heb.

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10



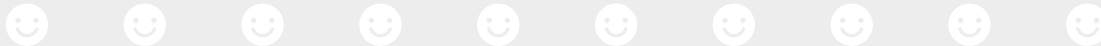
\* 7. Nieuwe dingen leren vind ik makkelijk

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10



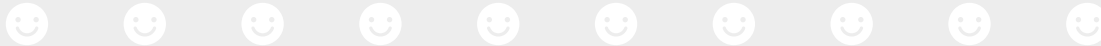
\* 8. Met vrienden spelen of praten vind ik makkelijk

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10



\* 9. Als ik mij zorgen maak of verdrietig ben dan heb ik iemand om mee te praten

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10



\* 10. Vul je vandaag deze vragenlijst in vóór of na je coachtraject?

Voor

Na

Voor- en nameting voor het kind/jongere

11. Denk je dat het coachen je heeft geholpen om je beter te voelen of dingen beter te doen?  
Kan je vertellen hoe?

Ja

Nee

Vertel eens waarom?

12. Wat vond je het leukste aan de coaching en de activiteiten die we deden?

13. Is er iets dat je niet leuk vond of dat je anders zou willen doen?

14. Zijn er dingen die je nu beter kunt of voelt, waarvan je hoopt dat ze zo blijven of nog beter worden?



Adiona

Voor- en nameting voor het kind/jongere

**Heel erg bedankt voor het invullen van deze vragenlijst!**