

كيف حالي و حال أسرتي؟

- أعيش بشكل صحي:
- اتقلو الخضار والفاكهه كل يوم
- اتمام جيداً وأشعر بحيوية
- أنا أتحرك كفاية وأمارس الرياضة
- لا أشرب الكحول قبل بلوغي الثامنة عشرة من العمر
- لا أدخن ولا أتعاطي المخدرات

- اتعلم بشكل جيد: انا منتهي و لدی قفسول
- احصل على درجات جيدة في المدرسة
- استطع اتمام فروضي المدرسية
- اشعر بالراحة في الصف او في العمل
- اذ انتهى

- انا راضي عن جسمى ومن انا
- لدى افكار جيدة وفرحة
- بامكانك التعبير عما افكر و بما اشعر
- افهم كيف يشعر الاخرون

- من السهل لي الاتصال بالآخرين - وأيضاً عبر الانترنت:
- أنا متقمم
- أنا ادافق عن نفسى
- أحل العلاقات بالكلام
- أقوم بتطویر الصادقة، العشق والقضیل الجنسي

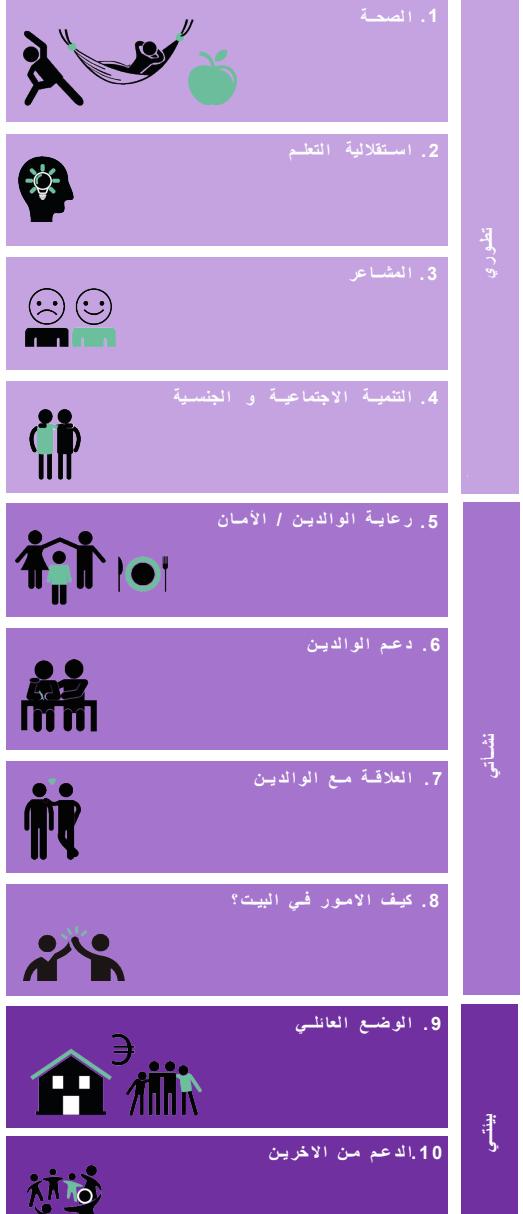
- يعتني والدبي بي جيداً
- وأيضاً عند مرضي او بقائي في المنزل وحيداً
- لدينا معلم و ملابس كفاية
- بيتنا نظيف و دافئ
- أشعر بالامان في بيتي

- يحبونني
- موجودون عند حاجتي اليهما
- يفهمونني
- يسمحان لي بالكشف شخصيًّا

- الامور جيدة في البيت:
- احب ان اكون في المنزل
- تتمتع بصحة و شعور جيد
- نحن لطفاء مع بعضنا البعض
- والدى يساعدان الآخر

- نمو في محيط اطمئن
- نحن بصحة جيدة و نشعر بالرضا
- نسكن بشكل جيد
- هناك عمل و مال كافي
- لا نزعزع من الأشياء المؤلمة التي حدثت
- لا طلاقة شتان المسقطان

- تلقى أسرتي الدعم الكافي عند الضرورة:
- من العائلة، الأصدقاء والجيران
- المدرسة، العمل، التوادي الرياضية وآفاق الفراغ
- متحفون من ملهماتي آخر



ماذا تحتاج عائلتك؟

