

1

Activiteiten, dagritme en geld



- » Wat doe jij op een dag als jij niet opgenomen bent? Hoe ziet je dag eruit?
- » Heb jij werk of volg jij een opleiding? Wat voor werk of opleiding?
- » Welke activiteiten doe jij op de afdeling?
- » Vind jij de activiteiten leuk om te doen?
- » Ga jij weleens sporten?



- » Ga jij weleens naar buiten als jij vrijheden hebt?
- » Heb jij genoeg rust op een dag?
- » Wat zijn voor jou drukke dagen? Wat zijn voor jou rustige dagen?
- » Vind jij het fijn om een dagprogramma of weekprogramma te hebben?
- » Lukt het om je aan het dagprogramma of weekprogramma te houden?



- » Heb jij een mobiele telefoon? Waar gebruik jij deze voor?
- » Hoe vaak en hoe lang zit jij per dag op je telefoon?
- » Gebruik jij een computer of laptop? Waar gebruik jij deze voor?
- » Hoe vaak en hoe lang zit jij per dag achter de computer of laptop?

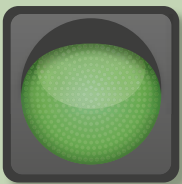
Geldzaken

- » Hoeveel geld geef jij op een dag uit? Wat koop jij op een dag of per week?
- » Hoeveel geld kan jij per dag of per week uitgeven?
- » Heb jij nu schulden of geldproblemen? Heb jij schulden of geldproblemen gehad?
- » Heb jij een bewindvoerder, curator of mentor? Heb jij iemand die jou helpt met je geldzaken?

Signalen

Wat doe of zie ik zelf?

Wat zien anderen als zij naar mij kijken?



- Ik doe mee met activiteiten op de afdeling
- Ik kan mij aan mijn dagprogramma of weekprogramma houden
- Ik weet waar ik aan toe ben en voel mij rustig
- Ik heb genoeg rust op een dag



- Ik heb hulp nodig om te beginnen aan activiteiten
- Ik ben veel bezig en kan geen rust vinden
- Ik lig overdag veel op bed
- Ik geef veel geld uit



- Ik kan mij niet aan mijn dagprogramma of weekprogramma houden
- Ik zit de hele dag op mijn kamer
- Ik zit meer dan 5 uur per dag op mijn telefoon of computer
- Ik geef te veel geld uit en ik heb schulden

1

Activiteiten, dagritme en geld



- » Wat vind jij leuk om te doen? Welke hobby's heb jij?
- » Wat zou jij op de afdeling willen doen? Wat heb jij daarvoor nodig?
- » Wat vind jij leuk om te doen bij sport?
- » Welke 2 activiteiten geven jou rust?
- » Heb jij zelf spullen op je kamer voor activiteiten of afleiding?
- » Bij welke activiteiten kan de begeleiding jou helpen?
- » Wat zou jij buiten kunnen gaan doen als jij vrijheden hebt?
- » Met wie zou jij wat leuks kunnen gaan doen?
- » Heb jij rustmomenten nodig? Wanneer en hoe vaak?
- » Wil jij samen met ons een dagprogramma of weekprogramma maken?
- » Zou jij wat willen veranderen in je dagprogramma of weekprogramma?
- » Wat doe jij op je telefoon? Bellen en appen of ook andere dingen?
- » Wat doe jij op de computer of laptop?
- » Vind jij dat jij te veel tijd op de telefoon of computer zit?

Geldzaken

- » Heb jij hulp nodig bij je geldzaken?
- » Wie zou jou kunnen helpen met je geldzaken?

Interventies

Wat kan ik zelf doen?

Wat kunnen anderen doen?

Wat kan ik doen?



- Ik doe mee met activiteiten
- Ik volg mijn dagprogramma
- Ik zit niet meer dan 2 uur per dag op mijn telefoon of computer

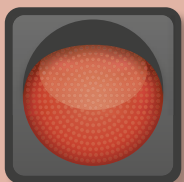
Wat kunnen anderen doen?

- Nodig mij uit voor sport en activiteiten
- Motiveer mij voor een wandeling
- Maak met mij een dagprogramma en weekprogramma
- Zeg het tegen mij als ik te druk ben



- Ik ga elke dag mee sporten
- Ik neem een rustmoment op mijn kamer
- Ik vraag hulp bij mijn dagprogramma
- Ik bespreek wat ik wil gaan kopen

- Nodig mij uit op de groep te komen
- Geef mij rustmomenten op mijn kamer
- Help mij bij mijn dagprogramma
- Ga samen met mij boodschappen doen

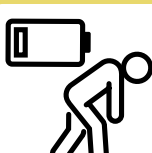


- Ik kom van mijn kamer als dat moet
- Ik lever mijn telefoon voor de nacht in
- Ik ga alleen met begeleiding buiten boodschappen doen

- Haal mij uit mijn kamer
- Pas mijn programma aan
- Bewaar mijn pinpas als ik te veel geld uitgeef

2

Slapen en energie hebben



- » Hoe laat ga jij slapen?
- » Val jij snel in slaap als jij in bed gaat liggen?
- » Gebruik jij slaapmedicatie of heb jij dit ooit gebruikt?
- » Word jij in de nacht wakker? Wat doe jij als jij in de nacht wakker wordt?
- » Kan jij weer snel in slaap vallen als jij in de nacht wakker wordt?
- » Heb jij last van nachtmerries?
- » Hoe laat word jij in de ochtend wakker?
- » Zet jij een wekker of maakt iemand jou wakker?
- » Ben jij uitgerust of nog moe als jij wakker wordt?
- » Hoeveel uur slaap jij per nacht? Hoeveel uur slaap heb jij nodig?
- » Slaap jij de laatste weken meer of minder dan daarvoor?
- » Lig jij overdag weleens op bed?
- » Slaap jij ook weleens overdag? Hoeveel slaap jij overdag?
- » Heb jij overdag genoeg energie om dingen te doen?
- » Heb jij de laatste weken meer of minder energie overdag?

Signalen

Wat doe of zie ik zelf?

Wat zien anderen als zij naar mij kijken?



- Ik slaap 6 tot 9 uur per nacht
- Ik ga op tijd naar bed
- Ik word uitgerust wakker
- Ik ben overdag niet moe



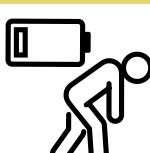
- Ik slaap minder dan 6 uur per nacht
- Ik ga laat naar bed of ik word vroeg wakker
- Ik val niet snel in slaap als ik in bed lig
- Ik word in de nacht wakker en kan dan niet goed in slaap vallen
- Ik ben nog moe als ik wakker word
- Ik heb veel of weinig energie



- Ik slaap minder dan 5 uur of meer dan 11 uur per nacht
- Ik lig overdag meer dan 3 uur op bed
- Ik ben in de nacht wakker en kom dan vaak van mijn kamer af
- Ik ben te moe om mee te doen aan activiteiten
- Ik ben zo druk dat ik niet stil kan zitten

2

Slapen en energie hebben



- » Ga jij elke dag op dezelfde tijd naar bed en op dezelfde tijd uit bed?
- » Wat is een goede tijd voor jou om te gaan slapen en wakker te worden?
- » Hoeveel uur slaap per nacht is goed voor jou?
- » Wat helpt jou om beter te slapen? Heb jij een nachtlampje?
- » Helpt slaapmedicatie jou?
- » Wat kan jij doen als jij in de nacht wakker wordt?
- » Welke activiteiten doe jij in de avond voor het slapen gaan?
- » Hoe kan jij in de avond ontspannen?
- » Wat kan jij beter niet doen voor het slapen gaan?
- » Hoeveel dranken met cafeïne drink jij op een dag en wanneer?
- » Kan jij slechter in slaap vallen als jij dranken met cafeïne gedronken hebt?
- » Wat kan jij doen als jij je overdag moe of slaperig voelt?
- » Wat kan jij doen als jij heel druk bent om weer rustig te worden?
- » Wat kunnen anderen doen als jij heel druk bent om weer rustig te worden?
- » Heb jij weleens medicijnen genomen om rustiger te worden? Helpt dit jou?
- » Helpt het jou om overdag rustmomenten te hebben of kort te slapen?

Interventies

Wat kan ik zelf doen?

Wat kunnen anderen doen?

Wat kan ik doen?

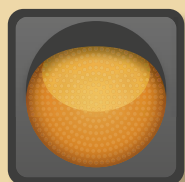


- Ik ga niet later dan 23:00 uur naar bed
- Ik slaap overdag niet langer dan 1 uur
- Ik drink geen dranken met cafeïne in de avond en nacht
- Ik doe in de avond rustige dingen



Wat kunnen anderen doen?

- Geef mij uitleg over slapen en rust
- Leg uit wat ik kan doen als ik in de nacht wakker word
- Doe samen met mij een activiteit
- Maak met mij een dagprogramma



- Ik heb rustmomenten overdag
- Ik lig niet op bed als ik niet ga slapen
- Ik volg mijn dagprogramma
- Ik zeg het als ik mij moe of druk voel



- Spreek rustmomenten met mij af
- Maak mij wakker als ik overdag langer dan 1 uur slaap
- Help mij bij mijn dagprogramma



- Ik neem de medicijnen in die mij gegeven worden
- Ik drink geen dranken met cafeïne



- Geef mij medicijnen om goed te kunnen slapen
- Stuur mij terug naar bed als ik in de nacht op de afdeling ben

3

Omgaan met anderen



- » Met welke mensen ga jij om en met wie heb jij contact (naasten)?
- » Krijg jij bezoek op de afdeling? Vind jij dit fijn?
- » Hoe is het contact met vrienden en familie? Hoe vaak zie jij vrienden of familie?
- » Ben jij tevreden over het contact met vrienden en familie?
- » Heb jij een wettelijk vertegenwoordiger (zoals een mentor of cliëntondersteuner)?
- » Ben jij tevreden over het contact met je wettelijk vertegenwoordiger?
- » Ben jij liever alleen of met iemand samen?
- » Voel jij je prettig in een groep?
- » Maak jij graag een praatje met anderen? Maak jij makkelijk nieuwe vrienden?
- » Ben jij aardig tegen andere mensen?
- » Kan jij goed "nee" zeggen als jij iets niet wil doen?
- » Kan jij goed "nee" horen als iets niet kan?
- » Heb jij weleens ruzie? Waar gaat de ruzie dan over?
- » Scheld of schreeuw jij weleens? Waardoor doe jij dit?
- » Schelden of schreeuwen anderen weleens naar jou? Hoe vind jij dit?
- » Moet jij weleens dingen voor anderen doen die jij liever niet wil doen?
- » Moeten anderen weleens dingen voor jou doen die zij liever niet willen doen?

Signalen

Wat doe of zie ik zelf?

Wat zien anderen als zij naar mij kijken?



- Ik maak een praatje met anderen
- Ik ben vriendelijk
- Ik heb geen ruzie
- Ik ben tevreden over het contact met vrienden en familie



- Ik voel mij niet prettig op de groep
- Ik heb ruzie of problemen met anderen
- Ik laat mij moeilijk aanspreken op mijn gedrag



- Ik schreeuw en scheld
- Ik kan geen "nee" horen van anderen
- Ik laat mij niet aanspreken op mijn gedrag
- Ik doe dingen voor anderen die ik eigenlijk niet wil doen
- Ik laat anderen dingen voor mij doen die zij eigenlijk niet willen doen

3

Omgaan met anderen



- » Wie zijn er belangrijk voor jou?
- » Bij wie voel jij je prettig?
- » Wie wil jij graag op bezoek krijgen op de afdeling?
- » Wie wil jij niet op bezoek krijgen op de afdeling?
- » Vind jij het fijn als wij een praatje met jou maken?
- » Waarover vind jij het leuk om te praten?
- » Wat is voor jou belangrijk in een vriendschap?
- » Wat kan jij doen als jij boos op iemand bent?
- » Wat kunnen anderen doen als jij boos op iemand bent?
- » Wat kan jij doen als anderen jou vragen iets te doen wat jij niet wil doen?
Hoe kunnen wij jou hierbij helpen?
- » Wat kan jij doen als anderen niet willen doen wat jij vraagt?
Hoe kunnen wij jou hierbij helpen?

Interventies

Wat kan ik zelf doen?

Wat kunnen anderen doen?

Wat kan ik doen?

Wat kunnen anderen doen?



- Ik vraag anderen hoe het gaat
- Ik nodig bezoek uit op de afdeling
- Ik loop weg als anderen ruzie maken
- Ik herstel het contact met anderen

- Vraag hoe het met mij gaat
- Geef mij een compliment
- Maak een praatje met mij



- Ik maak geen ruzie
- Ik ga niet gelijk in discussie
- Ik laat anderen uitpraten
- Ik luister als de begeleiding zegt dat iets niet kan

- Leg uit waardoor iets wel of niet kan
- Luister naar mijn zorgen
- Leg uit wat anderen bedoelen
- Help mij contact te zoeken met vrienden of familie



- Ik zoek contact met iemand waarbij ik mij prettig voel
- Ik word niet boos als anderen iets niet voor mij willen doen
- Ik doe wat de begeleiders mij zeggen

- Zeg duidelijk welk gedrag niet kan
- Help mij in contact te komen met iemand waarbij ik mij prettig voel
- Haal mij weg uit de situatie

4

Spanning en boos zijn



- » Voel jij je weleens gespannen?
- » Waar kan jij gespannen van worden?
- » Hoe ziet het er bij jou uit als jij gespannen bent?
- » Ben jij weleens boos?
- » Waar kan jij boos van worden?
- » Hoe ziet het er bij jou uit als jij boos bent?
- » Maak jij weleens ruzie? Met wie maak jij ruzie?
- » Schreeuw of scheld jij weleens? Wanneer schreeuw of scheld jij?
- » Dreig jij weleens naar andere mensen? Wat doe en zeg jij dan?
- » Waardoor dreig jij naar andere mensen?
- » Pest jij anderen weleens? Wat doe jij dan? Waardoor doe jij dit?
- » Maak jij weleens spullen kapot als jij boos bent? Wat maak jij dan kapot?
- » Heb jij weleens mensen pijn gedaan of verwond als jij boos bent?
- » Hoe heb jij anderen pijn gedaan of verwond? Waardoor doe jij anderen pijn of verwond jij ze?

Signalen

Wat doe of zie ik zelf?

Wat zien anderen als zij naar mij kijken?



- Ik voel mij rustig en ontspannen
- Ik ben vriendelijk naar anderen en doe niemand pijn
- Ik schreeuw en scheld niet
- Ik maak geen spullen kapot



- Ik voel mij onrustig en gespannen
- Ik maak ruzie met anderen
- Ik schreeuw en scheld soms
- Ik maak spullen kapot



- Ik ben boos en gespannen
- Ik luister niet meer naar anderen
- Ik ben dreigend naar anderen
- Ik doe anderen pijn of probeer ze te verwonden

4

Spanning en boos zijn



- » Wat kan jij doen als jij je gespannen voelt?
- » Wat kunnen anderen doen als jij je gespannen voelt?
- » Wat kan jij doen als jij boos bent?
- » Wat kunnen anderen doen als jij boos bent?
- » Wat kan voor afleiding zorgen als jij gespannen of boos bent?
- » Hoe en wanneer kan een ruzie bij jou stoppen?
- » Wat kan jou helpen om te kunnen stoppen met schreeuwen of schelden?
- » Wat kan jou helpen om te kunnen stoppen met dreigen naar anderen?
- » Hoe en wanneer kan jij stoppen met het pesten van anderen?
- » Wil jij dat wij spullen weghalen als jij spullen kapot wil maken?
- » Wat kan jij doen als jij voelt dat jij anderen pijn wil doen?
- » Wat kunnen anderen doen als jij mensen pijn wil doen?
- » Wat kunnen anderen doen als jij mensen pijn doet om dit te stoppen?

Interventies

Wat kan ik zelf doen?

Wat kunnen anderen doen?

Wat kan ik doen?

Wat kunnen anderen doen?



- Ik zoek afleiding als ik spanning voel
- Ik praat over hoe ik mij voel
- Ik maak geen ruzie

- Vraag hoe het met mij gaat
- Oefen met mij wat ik kan doen als ik gespannen ben
- Help mij bij het herkennen van emoties



- Ik neem rust op mijn kamer
- Ik vraag om ruimte om rustig te worden
- Ik zeg dat het niet goed met mij gaat
- Ik luister naar de begeleiding
- Ik maak geen spullen kapot

- Doe samen met mij een activiteit
- Zeg wat ik wel en niet kan doen als ik boos of gespannen ben
- Zorg voor een veilige omgeving
- Bied mij medicijnen aan



- Ik doe wat de begeleiders mij zeggen
- Ik ga niet naar anderen toe
- Ik doe anderen geen pijn

- Zeg duidelijk hoe, waar en hoe lang ik tot rust moet komen
- Haal gevaarlijke voorwerpen weg en zorg voor een veilige omgeving
- Neem de situatie en zorg helemaal over van mij

5

Behandeling en medicatie



- » Waardoor ben jij nu opgenomen?
- » Heb jij nu behandeling of hulp nodig?
- » Lukt het je om je aan gemaakte afspraken met de begeleiding te houden?
- » Moet jij medicijnen slikken van een arts, psychiater of hulpverlener?
- » Weet jij waar deze medicijnen voor zijn?
- » Vind jij dat jij medicijnen nodig hebt?
- » Wat wil jij graag voelen van de medicijnen?
- » Heb jij moeite met het inslikken van medicijnen?
- » Vergeet jij weleens je medicijnen in te nemen?
- » Neem jij je medicijnen weleens expres niet in? Waardoor neem jij ze dan niet?
- » Heb jij een hulpverlener die jou (thuis) begeleid (ambulant hulpverlener)?
- » Waar helpt deze hulpverlener jou (thuis) bij?
- » Hoe is het contact met deze hulpverlener?

Signalen

Wat doe of zie ik zelf?

Wat zien anderen als zij naar mij kijken?



- Ik neem mijn medicijnen op tijd in
- Ik houd mij aan de afspraken die met de begeleiding gemaakt zijn
- Ik snap dat ik behandeling of hulp nodig heb



- Ik twijfel of ik mijn medicijnen in wil nemen
- Ik vergeet weleens mijn medicijnen in te nemen
- Ik houd mij niet altijd aan afspraken met de begeleiding
- Ik weet niet of ik behandeling of hulp nodig heb



- Ik neem niet al mijn medicijnen in of neem helemaal geen medicijnen
- Ik houd mij niet aan afspraken
- Ik vind dat ik geen behandeling of hulp nodig heb

5

Behandeling en medicatie



- » Op welke tijden krijg jij medicijnen?
- » Helpen de medicijnen jou?
- » Heb jij last van de medicijnen of heb jij bijwerkingen?
- » Hoe zorg jij ervoor dat jij je medicijnen ook echt inneemt?
- » Wie of wat kan jou helpen als het minder goed met jou gaat?
- » Op welke manier kunnen wij jou hier op de afdeling helpen?
- » Vind jij het fijn als de begeleiding naar jou toe komt of bij jou is?
- » Hoe kunnen wij het beste afspraken met jou maken, bijvoorbeeld over wat wel en niet kan op de afdeling?
- » Vind jij het prettig als wij gemaakte afspraken opschrijven?
- » Vind jij het fijn als wij tekeningen, pictogrammen of plaatjes gebruiken?
- » Wat is belangrijk voor jou om weer beter te kunnen worden?
- » Vind jij het prettig om gesprekken voor te bespreken met de begeleiding?
- » Wil jij dat er iemand bij gesprekken zit? Wie zou jij erbij willen en bij welke gesprekken?
- » Is de hulp die jij thuis krijgt voor jou genoeg? Waar zou jij nog hulp bij nodig hebben?

Interventies

Wat kan ik zelf doen?

Wat kunnen anderen doen?

Wat kan ik doen?



- Ik neem mijn medicijnen in
- Ik kom mijn afspraken na
- Ik maak een signaleringsplan samen met de begeleiding

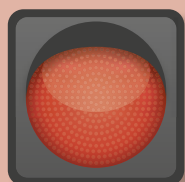
Wat kunnen anderen doen?

- Geef mij uitleg over mijn medicijnen
- Zet een schema van mijn medicijnen duidelijk op papier
- Geef mij uitleg over mijn opname
- Maak met mij een signaleringsplan



- Ik vraag om medicijnen
- Ik zeg dat het niet zo goed met mij gaat
- Ik vraag om hulp

- Vraag of ik medicijnen nodig heb
- Geef mij 2 keuzes om te kunnen ontspannen
- Kom vaker bij mij langs
- Vertel mij waardoor ik iets moet doen



- Ik neem de medicijnen in die mij gegeven worden
- Ik doe wat de begeleiders mij zeggen

- Geef mij extra medicijnen
- Zorg dat het veilig voor mij is
- Zeg mij wat ik moet doen
- Blijf bij mij

6

Wat helpt en wat geeft stress



» Noem 3 dingen over jezelf waar jij trots op bent (positieve eigenschappen)

» Wat is je grootste wens?

» Wat zijn je sterke kanten? Waar ben jij goed in?

» Wat vindt iemand anders goed aan jou?

» Wat zijn je minder sterke kanten? Wat vind jij moeilijk?

» Wie of wat is belangrijk voor jou?

» Waar kan jij je zorgen over maken?

» Wie of wat geeft jou stress?

» Zijn er belangrijke dagen, weken of maanden waarvoor jij gespannen bent of verdrietig van kan worden?

» Wie of wat is belangrijk voor je herstel?

» Wat kan je herstel in de weg zitten?

» Wat wil jij over 1 jaar bereikt hebben?

» Hoe hoop jij dat je leven er over 5 jaar uit ziet?

» Wat vind jij belangrijk in je leven?

» Wat geeft je leven betekenis of zin?

» Waar kom jij in de ochtend graag je bed voor uit?

Beschermende factoren:

Wat of wie helpt mij om mij goed te voelen?

Beschermende factoren

- Huisdieren
- Partner en kinderen
- Vrienden en familie om mij heen
- Duidelijkheid en een vast programma
- Dagbesteding, iets te doen hebben
- Sport of beweging
- Dromen voor de toekomst
- Ritme en regelmaat
- Fijne woonplek

Stressfactoren:

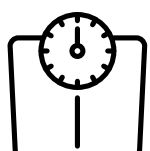
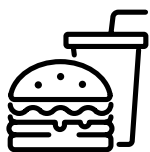
Waardoor kan het minder goed met mij gaan?
Wat geeft mij stress?

Stressfactoren

- Geldproblemen
- Medicijnen niet goed innemen
- Gebruik van alcohol of drugs
- Slecht slapen
- Ruzie
- Relatieproblemen of scheiding
- Geen dagbesteding
- Uitval/vakantie van mensen om mij heen
- Overlijden van familie, vriend of huisdier
- Lichamelijke ziekte of lichamelijke problemen

7

Eten, drinken en gewicht



- » Hoe vaak eet jij een maaltijd op een dag? Wanneer eet jij deze?
- » Hoeveel en wat eet jij op een dag? Vind jij dat gezond eten?
- » Hoe vaak en wanneer snack of snoep jij op een dag?
- » Heb jij vaak trek of zin in eten?
- » Wat voor dranken drink jij? Hoeveel drink jij daarvan op een dag?
- » Vind jij het eten en drinken lekker? Welk eten en drinken vind jij lekker?
- » Eet of drink jij de laatste weken meer of minder?
- » Ben jij allergisch voor bepaald eten of drinken?
Mag of kan jij iets niet eten of drinken?
- » Hoeveel weeg jij nu?
- » Ben jij de laatste tijd afgevallen of zwaarder geworden?
- » Neem jij voedingssupplementen of extra vitamines?
- » Heb jij je eigen tanden of een kunstgebit? Heb jij een beugel?
- » Heb jij weleens overgegeven na het eten?
- » Heb jij diabetes (suikerziekte) of schildklierklachten?

Signalen

Wat doe of zie ik zelf?

Wat zien anderen als zij naar mij kijken?



- Ik eet 3 gezonde maaltijden per dag (ontbijt, lunch en avondeten)
- Ik snack en snoep niet veel
- Ik drink niet veel dranken met suiker of cafeïne
- Ik vind het eten en drinken lekker



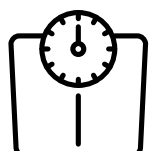
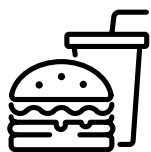
- Ik eet en drink elke dag wat ongezonde dingen
- Ik snack of snoep regelmatig
- Ik drink regelmatig dranken met cafeïne
- Ik kom in gewicht aan of val af, maar dit is niet gezond voor mij



- Ik eet niet of ik eet meer dan 5 maaltijden per dag
- Ik eet en drink vooral ongezonde dingen
- Ik snack en snoep heel veel
- Ik drink minder dan 1 liter of meer dan 3 liter vocht per dag
- Ik drink veel dranken met cafeïne
- Het eten en drinken smaakt mij niet
- Ik ben in korte tijd veel aangekomen of afgevallen

7

Eten, drinken en gewicht



- » Hoeveel maaltijden per dag eten is goed voor jou?
- » Wat kan jou helpen om niet te veel of te weinig te eten en drinken?
- » Hoe kunnen wij jou helpen om niet te veel of te weinig te eten en drinken?
- » Wat is gezond eten en drinken?
- » Welk gezond eten en drinken vind jij lekker?
- » Wil jij gezonder eten en drinken?
- » Hoe kunnen wij of wat kan jou helpen om gezonder te eten en drinken?
- » Hoeveel dranken met cafeïne mag jij op een dag drinken?
- » Bij diabetes: heb jij hulp nodig om je bloedsuiker te prikken?
- » Moet jij aankomen of afvallen in gewicht?
- » Hoe bereik jij een gezond gewicht?
- » Hoe vaak en wanneer wil jij jezelf wegen?

Interventies

Wat kan ik zelf doen?

Wat kunnen anderen doen?

Wat kan ik doen?



- Ik eet maaltijden op vaste tijden
- Ik eet genoeg en gezond
- Ik drink niet meer dan 4 drankjes met cafeïne per dag
- Ik weeg mijzelf 1x per week

Wat kunnen anderen doen?

- Zeg tegen mij dat ik goed bezig ben
- Geef mij advies over gezond eten en drinken



- Ik eet alleen op de vaste tijden
- Ik snack of snoep niet te veel
- Ik bespreek wat ik wil kopen en eten
- Ik laat de begeleiding mijn energydrink bewaren

- Maak afspraken over de eettijden en schrijf deze op
- Help mij bij het bepalen van de hoeveelheid eten
- Herinner mij om mijzelf te wegen



- Ik eet 3 gezonde maaltijden per dag
- Ik drink 1,5 tot 2 liter vocht per dag
- Ik koop geen drankjes met cafeïne
- Ik weeg mijzelf minimaal 2x per week

- Geef mij vaste, normale porties eten
- Beperk de hoeveelheid eten en drinken
- Stel grenzen aan het ongezonde eten
- Geef mij extra voeding als ik veel ben afgevallen

8

Verzorgen



- » Hoe vaak en wanneer was of douche jij jezelf? Of ga jij in bad?
- » Ontspant douchen of in bad gaan jou? Of geeft het jou spanning?
- » Hoe vaak was jij je haren?
- » Hoe vaak kam en verzorg jij je haren?
- » Hoe vaak scheer jij jezelf?
- » Hoe vaak en wanneer poets jij je tanden?
- » Hoe vaak trek jij schone kleren aan?
- » Hoe vaak was jij je kleren?
- » Is je kamer opgeruimd en schoon?
- » Hoe vaak verschoon jij je bed?
- » Heb jij hulp nodig bij het wassen, schoonmaken of opruimen?
- » Doe jij make-up op? Wanneer doe jij make-up op?
- » Is het belangrijk voor jou om er goed en verzorgd uit te zien?

Signalen

Wat doe of zie ik zelf?

Wat zien anderen als zij naar mij kijken?



- Ik ruik fris en heb schone kleren aan
- Mijn kamer is schoon en opgeruimd
- Ik verschoon mijn bed 1x per week of als het vies geworden is
- Ik help mee met taken op de afdeling



- Ik heb geen schone kleren aan en ruik niet zo fris
- Mijn kleren zijn minder gepast of uitdagender, bijvoorbeeld te bloot of te kort
- Ik poets mijn tanden niet elke dag
- Mijn kamer is niet zo netjes en moet opgeruimd worden
- Ik doe meer of minder make-up op dan normaal



- Ik heb mijzelf niet gewassen en heb vieze kleren aan
- Mijn kleren zijn ongepast of uitdagend
- Mijn kamer is een rommel en is niet schoon
- Mijn bed is vies maar ik verschoon mijn bed niet
- Ik heb veel make-up op wat ik anders niet op heb

8

Verzorgen



- » Hoe vaak moet jij jezelf wassen of douchen om schoon te zijn?
- » Douche jij liever in de ochtend, middag of avond?
- » Heb jij op de afdeling spullen om jezelf te wassen en je tanden te poetsen?
- » Mogen anderen jou helpen bij het wassen of douchen?
- » Heb jij genoeg kleren mee?
- » Welke hulp heb jij nodig bij het opruimen van je kamer?
- » Kan jij zelf je bed verschonen?
- » Waarmee en hoe kunnen wij jou helpen?
- » Vind jij het leuk om te helpen in het huishouden of met taken op de afdeling?

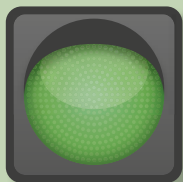
Interventies

Wat kan ik zelf doen?

Wat kunnen anderen doen?

Wat kan ik doen?

Wat kunnen anderen doen?



- Ik douche of was mijzelf elke dag
- Ik trek schone kleren aan
- Ik ruim zelf mijn kamer op
- Ik help mee op de afdeling met taken

- Zeg tegen mij dat ik er goed verzorgd uitzie
- Zeg dat mijn kamer er netjes uitziet
- Vraag of ik wil helpen met taken



- Ik vraag om hulp bij dingen die mij niet alleen lukken, zoals wassen
- Ik ga mijzelf wassen, douchen of schone kleren aantrekken als anderen zeggen dat dat nodig is
- Ik poets mijn tanden 2x per dag
- Ik doe niet te veel make-up op

- Help bij de dingen die mij niet alleen lukken
- Herinner mij aan het wassen, douchen en aantrekken van schone kleren
- Verschoon samen met mij mijn bed
- Zeg het als ik te veel make-up op heb
- Help mij om kleding of verzorgingsproducten te regelen



- Ik laat mij helpen bij het douchen, wassen of verzorgen
- Ik trek de kleren aan die mij gegeven worden
- Ik laat mij helpen bij het opruimen van mijn kamer

- Help mij elke dag bij het douchen, wassen of verzorgen
- Geef mij kleding om aan te trekken
- Verschoon mijn bed als het vies is
- Help mij elke dag bij het opruimen van mijn kamer of doe dit voor mij

Lichamelijke klachten

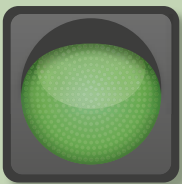


- » Heb jij nu ergens pijn? Waar heb jij pijn? Hoe lang heb jij deze pijn al?
- » Waar komt deze pijn door? Wat is er gebeurd?
- » Heb jij een lichamelijke ziekte of lichamelijke problemen? Welke zijn dat?
- » Wat merk jij van je lichamelijke ziekte of lichamelijke problemen?
- » Gebruik jij medicijnen voor lichamelijke problemen? Welke medicijnen?
- » Heb jij last van je hart, lever, longen of darmen? Heb jij last van je mond of voeten?
- » Heb jij diabetes (suikerziekte)?
- » Heb jij problemen met je ogen of oren? Heb jij dit laten onderzoeken?
- » Heb jij lenzen, een bril of gehoorapparaat? Gebruik jij krukken, een rollator of rolstoel?
- » Heb jij nu ergens hechtingen of een wond?
- » Heb jij nu ergens verband of gips omheen zitten?
- » Gebruik jij steunkousen of moeten je benen gezwachteld worden?
- » Maak jij je zorgen over je lichaam? Ben jij bang dat jij een lichamelijke ziekte hebt?
- » Ga jij weleens naar de huisarts of het ziekenhuis? Waarvoor?
- » Heb jij nog een afspraak in het ziekenhuis of bij de huisarts? Waar is deze afspraak voor? Wanneer is deze afspraak?
- » Ga jij weleens naar de fysiotherapeut? Voor welke klachten?

Signalen

Wat doe of zie ik zelf?

Wat zien anderen als zij naar mij kijken?



- Ik heb geen pijnklachten
- Ik kan alle lichamelijke verzorging zelf doen
- Ik weet welke lichamelijke ziekte of problemen ik heb
- Ik ga naar de gemaakte afspraken bij de huisarts of in het ziekenhuis



- Ik heb soms pijn die niet vanzelf weggaat
- Ik heb hulp nodig bij de lichamelijke verzorging
- Ik maak mij zorgen over mijn lichaam
- Ik doe mijn steunkousen niet aan



- Ik heb veel pijn in mijn lichaam die niet weggaat
- Ik laat mij niet helpen bij de lichamelijke verzorging
- Ik vind niet dat ik een lichamelijke ziekte of probleem heb
- Ik haal het gips of verband er zelf af, of haal de hechtingen er zelf uit

Lichamelijke klachten



- » Hoeveel pijn heb jij nu op een schaal van 0 tot 10?
- » Wat kan jou helpen tegen de pijn die jij hebt?
- » Gebruik jij thuis pijnstillers? Welke? Helpen deze jou tegen de pijn?
- » Heeft er een arts gekeken naar je lichamelijke klachten?
- » Wat voor verzorging moet jij doen voor je lichamelijke ziekte of problemen?
- » Waar heb jij hulp bij nodig? Wie kan jou daarbij helpen?
- » Heb jij alle hulpmiddelen en materialen bij je die jij nodig hebt? Wie kan deze voor jou regelen of brengen?
- » Wil jij naar je afspraak in het ziekenhuis of bij de huisarts gaan?
- » Wie kan er met jou meegaan naar de afspraak in het ziekenhuis?
- » Moeten er afspraken afgezegd worden? Heb jij hier hulp bij nodig?
- » Wat doe jij als je bloedsuiker te hoog of te laag is?
- » Wat kunnen wij doen als je bloedsuiker te hoog of te laag is?

Interventies

Wat kan ik zelf doen?

Wat kunnen anderen doen?

Wat kan ik doen?



- Ik zorg goed voor mijn lichaam
- Ik vraag iemand om mee te gaan naar afspraken in het ziekenhuis

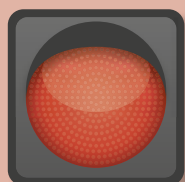
Wat kunnen anderen doen?

- Vraag hoe het met mij gaat
- Help mij herinneren aan mijn afspraken in het ziekenhuis



- Ik zeg het als ik pijn heb
- Ik vraag om hulp bij de dingen die mij niet alleen lukken
- Ik zeg dat ik mij zorgen maak

- Geef mij pijnstillers
- Help bij de dingen die mij niet alleen lukken
- Maak een afspraak bij een arts



- Ik laat mij lichamelijk onderzoeken
- Ik luister naar het advies van een arts
- Ik haal niet zelf verband, gips of hechtingen weg

- Help mij bij mijn lichamelijke verzorging
- Doe lichamelijk onderzoek
- Zeg mij duidelijk wat ik wel en niet mag doen

10

Relaties en seksualiteit

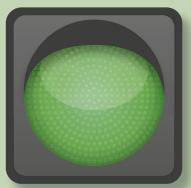


- » Heb jij een partner of een relatie? Zou jij een partner of relatie willen hebben?
- » Ben jij getrouwd of getrouwd geweest?
- » Ben jij nu verliefd op iemand? Is diegene ook verliefd op jou?
- » Heb jij kinderen? Zou jij kinderen willen krijgen?
- » Denk jij de laatste weken meer of minder aan seks dan daarvoor?
- » Heb jij de laatste weken meer of minder zin in seks dan daarvoor?
- » Heb jij de laatste weken meer of minder seks met jezelf dan daarvoor?
- » Heeft de medicatie die jij inneemt invloed op je seksleven?
- » Ben jij tevreden over je seksleven?
- » Raak jij weleens iemand aan terwijl diegene dat niet wil?
- » Heb jij weleens seks met iemand terwijl jij dat liever niet wil?
- » Heb jij weleens seks met iemand waarvoor jij geld, spullen of drugs krijgt?
- » Heb jij weleens seks met iemand die dat zelf liever niet wil?
- » Ben jij op de afdeling op zoek naar iemand om seks mee te hebben?
- » Maak jij weleens foto's of filmpjes van jezelf als jij bloot bent?
- » Heb jij seksuele voorlichting gehad?
- » Slik jij de pil om niet zwanger te worden? Gebruik jij een condoom bij de seks?
- » Ben jij geboren als jongen of meisje? Voel of zie jij jezelf anders dan je geslacht?

Signalen

Wat doe of zie ik zelf?

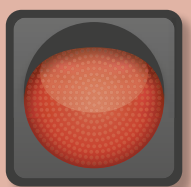
Wat zien anderen als zij naar mij kijken?



- Ik heb relaties waar ik mij prettig bij voel
- Ik heb alleen seks als de ander en ik dat beiden willen
- Ik heb veilige seks



- Ik heb meer zin in seks dan normaal
- Ik praat veel over seks
- Ik wil anderen aanraken terwijl zij dat niet willen
- Ik maak seksuele opmerkingen naar anderen



- Ik denk de hele dag aan seks
- Ik raak anderen aan terwijl zij dat niet willen
- Ik ben op zoek naar seks terwijl ik niet weet of de ander dat ook wil
- Ik heb seks met mijzelf op plekken waar anderen dit kunnen zien
- Ik heb seks omdat ik daarvoor geld, spullen of drugs krijg

10

Relaties en seksualiteit



- » Ben jij tevreden over je partner en je relatie?
- » Wat zou jij anders willen in je relatie?
- » Bij wie voel jij je veilig om over seksualiteit te praten?
- » Wat kan jij doen als iemand jou aanraakt en jij dit niet wil?
- » Wat doe jij als iemand seks met jou wil en jij dit niet wil?
- » Wat doe jij als jij met iemand seks wil maar diegene wil dit niet?
- » Wat kan jij doen als afleiding als jij veel aan seks denkt?
- » Zou jij de pil willen gebruiken om niet zwanger te worden?
- » Wil jij door ons als man, vrouw of anders aangesproken worden?

Interventies

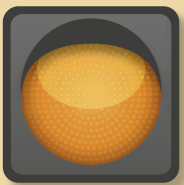
Wat kan ik zelf doen?

Wat kunnen anderen doen?

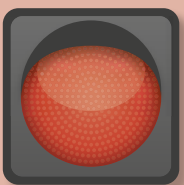
Wat kan ik doen?



- Ik praat over hoe ik mij voel
- Als iemand iets niet wil dan doe ik dat niet



- Ik maak geen seksuele opmerkingen
- Ik raak anderen niet aan
- Ik zeg "nee" als ik geen seks wil of niet aangeraakt wil worden



- Ik laat andere patiënten met rust
- Ik doe wat de begeleiders mij zeggen
- Ik heb alleen seks met mijzelf op mijn kamer
- Ik neem de medicijnen in die mij gegeven worden

Wat kunnen anderen doen?

- Vraag hoe het met mij gaat
- Vertel mij wat wel en niet mag op de afdeling
- Geef mij seksuele voorlichting

- Bespreek hoe ik met mijn seksuele behoeften om mag gaan
- Wees duidelijk en vertel wat ik niet kan doen

- Zeg mij wat ik wel en niet moet doen
- Zeg duidelijk welk gedrag niet kan
- Zorg voor een veilige plek voor mijzelf en anderen
- Denk na over een overplaatsing van mij naar een andere afdeling

11

Alcohol, drugs en verslaving



- » Gebruik jij weleens alcohol of drugs?
- » Wat voor alcohol of drugs gebruik jij?
- » Hoe vaak gebruik jij alcohol of drugs per week? Wanneer was de laatste keer?
- » Wanneer gebruik jij alcohol of drugs? Op welke dagen en tijden?
- » In wat voor situaties gebruik jij alcohol of drugs?
- » Met wie gebruik jij alcohol of drugs? Is dat met andere mensen of alleen?
- » Wat voel jij van de alcohol of drugs? Wat vind jij prettig en wat niet?
- » Koop jij zelf alcohol of drugs of krijg jij het van iemand anders?
- » Hoeveel geld geef jij uit aan alcohol of drugs?
- » Gebruik jij de laatste weken meer alcohol of drugs dan daarvoor?
- » Zeg jij het eerlijk als jij alcohol of drugs gebruikt hebt?
- » Rook of vape jij? Wat en hoeveel rook of vape jij?
- » Hoeveel geld geef jij uit aan roken of vaperen?
- » Heb jij genoeg te roken of vaperen bij je? Wie kan dit voor jou kopen of regelen?
- » Heb jij een andere verslaving, bijvoorbeeld aan gokken of gamen?
- » Wanneer doe jij dit? Op welke dagen en tijden?
- » Wat voel jij hierbij? Wat vind jij prettig en wat vind jij niet prettig?
- » Hoeveel geld geef jij hieraan uit?

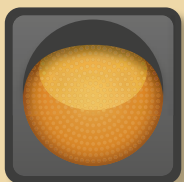
Signalen

Wat doe of zie ik zelf?

Wat zien anderen als zij naar mij kijken?



- Ik gebruik geen alcohol of drugs
- Ik regel zelf dat ik genoeg te roken heb
- Ik gok niet



- Ik zeg het eerlijk als ik alcohol of drugs gebruikt heb
- Ik wil wel stoppen met het gebruik van alcohol of drugs
- Ik ben meer dan 4 uur per dag aan het gamen of op internet
- Ik gok regelmatig en kan hier moeilijk mee stoppen



- Ik gebruik elke dag alcohol of drugs
- Ik zeg het niet als ik alcohol of drugs gebruikt heb
- Ik wil niet stoppen met het gebruik van alcohol of drugs
- Ik ben heel onrustig omdat ik niks te roken heb en val anderen lastig hiermee
- Ik gok veel en kan hier zelf niet mee stoppen

11

Alcohol, drugs en verslaving



- » Zou jij willen stoppen met het gebruik van alcohol en drugs of een andere verslaving?
- » Zou jij kunnen stoppen met het gebruik van alcohol en drugs of een andere verslaving?
- » Wat kan jij doen als jij zin hebt om te gaan gebruiken maar dat beter niet zou moeten doen?
- » Uit welke situatie kan jij beter wegblijven als jij niet wil gebruiken?
- » Wat kunnen anderen doen als jij zin hebt om te gaan gebruiken maar niet zou moeten gebruiken?
- » Hoe zou jij kunnen stoppen met het gebruik van alcohol en drugs?
- » Stel dat jij geen alcohol of drugs zou gebruiken, hoe zou je leven er dan uitzien?
- » Zou jij willen stoppen met roken of vaperen?
- » Wil jij hulp bij het stoppen met roken of vaperen? Wat voor hulp?
- » Wie kan er voor jou sigaretten of rookwaar regelen als jij niks hebt?

Interventies

Wat kan ik zelf doen?

Wat kunnen anderen doen?

Wat kan ik doen?

Wat kunnen anderen doen?



- Ik gebruik geen alcohol en drugs
- Ik praat over stoppen met roken
- Ik ga niet meer dan 3 uur per dag gamen of op internet

- Geef uitleg over stoppen met roken
- Bied nicotinepleisters aan
- Maak afspraken met mij over hoe lang ik mag gamen of internetten
- Maak een terugvalplan met mij



- Ik zeg dat ik zin heb in alcohol of drugs maar dit niet wil gebruiken
- Ik regel zelf mijn sigaretten en rookwaar, en ga niet bietsen
- Ik ga niet gokken voor geld

- Vertel mij hoe ik kan stoppen met alcohol, drugs, gokken of gamen
- Vertel mij waarom alcohol en drugs niet goed voor mij zijn
- Denk mee wie er sigaretten of rookwaar voor mij kan regelen

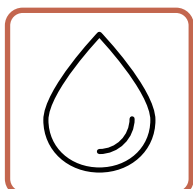


- Ik ga niet alleen naar buiten
- Ik vraag om hulp als ik zin heb om alcohol of drugs te gebruiken
- Ik zorg dat ik tijdelijk niet op internet kan

- Laat mij niet alleen naar buiten gaan
- Vertel mij dat ik geen alcohol of drugs moet gebruiken
- Geef mij 2 keuzes om te ontspannen
- Geef mij medicijnen om rustig te worden

12

Zelfverwonding



- » Heb jij jezelf weleens een keer pijn gedaan of verwond?
- » Hoe doe jij jezelf pijn of verwond jij jezelf?
- » Hoe vaak doe jij jezelf pijn of verwond jij jezelf?
- » Wanneer of in welke situaties doe jij jezelf pijn of verwond jij jezelf?
- » Wat is een reden voor jou om jezelf pijn te doen of te verwonden?
- » Wat voel jij als jij jezelf pijn doet of verwondt?
- » Vraag jij anderen om hulp als het niet goed gaat en jij jezelf pijn wil gaan doen?
- » Kan jij voorkomen dat jij jezelf pijn gaat doen of gaat verwonden?
- » Hoe voel jij je nadat jij jezelf pijn gedaan hebt of verwond?
- » Zoek jij hulp nadat jij jezelf pijn gedaan hebt of verwond?

Signalen

Wat doe of zie ik zelf?

Wat zien anderen als zij naar mij kijken?



- Ik doe mijzelf geen pijn en verwond mijzelf niet
- Ik zeg het als ik voel dat ik mijzelf pijn moet doen of moet verwonden
- Ik vraag om hulp als het niet goed met mij gaat

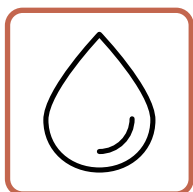


- Ik voel vaak dat ik mijzelf wil verwonden, maar doe dit meestal niet
- Ik doe mijzelf niet meer dan 2x per week pijn
- Ik verwond mijzelf niet meer dan 2x per maand en zoek daarna hulp
- Ik praat niet met anderen over hoe ik mij voel



- Ik doe mijzelf meer dan 2x per week pijn
- Ik verwond mijzelf meer dan 2x per maand
- Ik kan zelf niet stoppen met mijzelf pijn doen of verwonden
- Ik vraag anderen niet om hulp

Zelfverwonding



- » Wat kan jij doen als jij voelt dat jij jezelf pijn wil doen of moet of wil verwonden?
- » Wat kan jou afleiding geven om dit te voorkomen?
- » Wat kunnen anderen doen als jij jezelf pijn wil doen of moet of wil verwonden?
- » Welke spullen zijn voor jou gevaarlijk als jij jezelf pijn wil doen of moet of wil verwonden?
- » Wil jij dat wij spullen weghalen als jij jezelf pijn wil doen of moet of wil verwonden?
- » Op welk moment stop jij met pijn doen of het verwonden van jezelf?
- » Wat kunnen anderen doen als jij jezelf pijn doet of verwondt?
- » Mogen anderen jou helpen nadat jij jezelf verwond hebt?
- » Wat mogen anderen doen als jij jezelf verwond hebt?
- » Wat mogen anderen niet doen als jij jezelf verwond hebt?

Interventies

Wat kan ik zelf doen?

Wat kunnen anderen doen?

Wat kan ik doen?

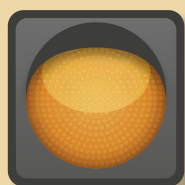


- Ik praat over hoe ik mij voel
- Ik doe mee met activiteiten
- Ik vraag om hulp als het nodig is



Wat kunnen anderen doen?

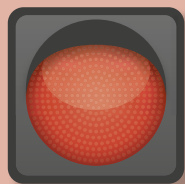
- Vraag hoe het met mij gaat
- Zeg tegen mij dat ik goed bezig ben
- Denk samen met mij na over wat zelfverwonding kan uitlokken



- Ik zeg dat het niet goed met mij gaat
- Ik vraag iemand een activiteit met mij te doen
- Ik geef gevaarlijke spullen aan de begeleiding



- Vraag waardoor het niet goed gaat
- Doe samen met mij een activiteit
- Kijk samen met mij of er gevaarlijke spullen zijn en haal deze weg
- Zoek met mij naar een pijnprikkel zonder zelfbeschadiging als alternatief



- Ik blijf niet alleen
- Ik zeg dat ik mijzelf heb verwond
- Ik laat mij helpen door de begeleiding of een arts



- Laat mij niet alleen
- Wees niet boos op mij
- Verzorg mijn wonden als dat nodig is
- Haal gevaarlijke voorwerpen weg en zorg voor een veilige plek



- » Denk jij weleens dat jij liever dood wil zijn? Hoe vaak op een dag denk jij dit?
- » Kan jij stoppen met daaraan denken?
- » Wil jij nu liever leven of dood zijn?
- » Denk jij dat het leven nog beter kan gaan worden?
- » Ben jij nog bezig met de toekomst?
- » Waardoor wil jij liever dood zijn? Waar wil jij vanaf zijn? Waar heb jij genoeg van?
- » Denk jij weleens aan zelfmoord? Hoe vaak denk jij hieraan?
- » Zijn er dingen of mensen waarvoor jij nog geen zelfmoord zou willen plegen?
- » Heb jij ooit geprobeerd een einde aan je leven te maken?
- » Heb jij nagedacht over hoe jij een einde aan je leven zou willen maken?
- » Heb jij nu een plan voor hoe jij een einde aan je leven zou willen maken?
- » Heb jij al voorbereidingen gedaan om een einde aan je leven te maken?
- » Zijn er dingen die jij nog moet doen of regelen voordat jij een einde aan je leven kan maken?
- » Heb jij al een datum of moment dat jij een einde aan je leven wil maken? Wil jij dit al snel doen?
- » Hoe zouden je familie en vrienden zich voelen als jij zelfmoord pleegt?
- » Heb jij al afscheid genomen of een afscheidsbrief geschreven?

Signalen

Wat doe of zie ik zelf?

Wat zien anderen als zij naar mij kijken?



- Ik praat eerlijk over mijn gedachten aan dood willen gaan
- Ik wil liever een beter leven dan doodgaan
- Ik denk weleens aan zelfmoord, maar heb geen plan om het te gaan doen
- Ik heb mensen of dingen om mij heen waar ik voor wil blijven leven



- Ik wil graag dood zijn en heb geen hoop voor de toekomst meer
- Ik denk na over een plan om zelfmoord te gaan plegen
- Ik moet nog dingen doen voor ik dood kan gaan



- Ik denk niet dat anderen mij nog kunnen helpen
- Ik zie geen reden om niet dood te kunnen gaan
- Ik heb een plan om dood te gaan en ben bezig met de voorbereidingen
- Ik ga zelfmoord plegen zodra ik de kans krijg



- » Waar ben jij goed in?
- » Waar word jij blij van?
- » Wat wil jij doen of bereiken in de toekomst?
- » Wat geeft jou hoop?
- » Wat kan jij doen als jij veel aan de dood denkt?
- » Wat kan voor afleiding zorgen als jij aan de dood denkt?
- » Met wie kan jij goed praten als jij veel aan de dood denkt?
- » Wie of wat is belangrijk voor jou om voor te blijven leven?
- » Wat kan jij doen als jij gedachten krijgt om zelfmoord te moeten plegen?
- » Wat kunnen anderen doen om te zorgen dat jij geen zelfmoord pleegt?
- » Wat zijn voor jou gevaarlijke spullen op je kamer waarmee jij zelfmoord kan plegen?

Interventies

Wat kan ik zelf doen?

Wat kunnen anderen doen?

Wat kan ik doen?



- Ik denk na over waar ik goed in ben en wat ik nog zou willen doen
- Ik praat over mijn pijn en gedachten, ook over dood willen
- Ik vraag om hulp bij mijn problemen

Wat kunnen anderen doen?

- Vraag naar mijn gedachtes aan de dood
- Vertel dat zelfmoord geen oplossing is en denk mee over oplossingen



- Ik zeg dat het niet goed met mij gaat
- Ik geef eerlijk antwoord op vragen
- Ik zoek afleiding op de groep
- Ik geef gevaarlijke spullen aan de begeleiding

- Zorg dat jij mij vaker ziet
- Vraag of ik wil praten of liever samen een activiteit wil doen
- Kijk samen met mij of er gevaarlijke spullen zijn en haal deze weg



- Ik blijf niet alleen
- Ik zoek contact met vrienden of familie
- Ik laat mij helpen door de begeleiding

- Blijf bij mij in de buurt
- Betrek vrienden of familie bij de zorg
- Zeg dat zelfmoord geen oplossing is
- Haal spullen uit mijn kamer waarmee ik zelfmoord wil of kan plegen

14

Stemming



- » Hoe voel jij je de laatste dagen?
- » Hoe vaak per week of dag voel jij je blij?
- » Hoe vaak per week of dag voel jij je somber, leeg of down?
- » Voel jij je de laatste dagen meer somber, leeg of down?
- » Wanneer voel jij je beter; in de ochtend, middag of avond?
- » Kan jij genieten van leuke dingen?
- » Ben jij weleens verdrietig? Waar word jij verdrietig van?
- » Voel jij je de laatste dagen vooral gelukkig of ongelukkig?
- » Voelde jij je voor je opname gelukkig of ongelukkig?
- » Kan jij je aandacht ergens goed bijhouden?
- » Denk jij vooral goed of slecht over jezelf?
- » Vind jij jezelf belangrijk en nuttig?
- » Denk jij dat het in de toekomst beter met jou zal gaan?

Signalen

Wat doe of zie ik zelf?

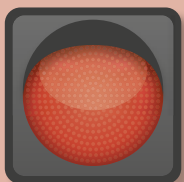
Wat zien anderen als zij naar mij kijken?



- Ik geniet van leuke dingen
- Ik voel mij niet somber, leeg of down
- Ik ben verdrietig als er iets ergs gebeurt
- Ik kan mijn aandacht er goed bijhouden



- Ik geniet minder van leuke dingen
- Ik voel mij ongelukkig
- Mijn emoties wisselen heel erg, ik word bijvoorbeeld sneller verdrietig



- Ik voel mij somber, leeg of down
- Ik heb nergens zin in
- Ik denk niet dat het nog beter met mij zal gaan
- Ik ben veel te vrolijk en positief, maar dit past niet bij de situatie

Stemming



- » Waar word jij blij van?
- » Wat vind jij leuk om te doen?
- » Waar ben jij goed in?
- » Wat kan jij doen als jij je somber, leeg of down voelt?
- » Wie of wat kan jou helpen als jij je somber, leeg of down voelt?
- » Wat kan jij doen als jij verdrietig bent?
- » Wat kunnen anderen doen om je te helpen als jij verdrietig bent?
- » Wat zou jij in de toekomst anders willen zien of doen?
- » Wat is je droom?

Interventies

Wat kan ik zelf doen?

Wat kunnen anderen doen?

Wat kan ik doen?



- Ik praat over hoe ik mij voel
- Ik doe mee met activiteiten
- Ik mag verdrietig zijn als er iets ergs gebeurt

Wat kunnen anderen doen?

- Vraag hoe het met mij gaat
- Nodig mij uit voor activiteiten
- Zeg dat ik verdrietig mag zijn als er iets ergs gebeurd is



- Ik zeg dat het minder goed met mij gaat
- Ik zoek contact met vrienden of familie
- Ik zit meer op de groep

- Doe samen met mij een activiteit
- Geef mij 2 keuzes voor activiteiten
- Spreek af hoe vaak ik op de groep ben
- Zoek contact en neem de tijd voor mij



- Ik laat mij helpen door de begeleiding
- Ik neem de medicijnen in die mij gegeven worden

- Betrek vrienden of familie bij de zorg
- Herhaal het als ik iets vergeten ben
- Zorg dat ik niet te veel alleen ben
- Vertel mij wat ik kan of moet doen

Angst en bang zijn



- » Ben jij weleens bang of angstig?
- » Waar word jij bang of angstig van?
- » Voel jij je weleens angstig zonder dat er iets is om angstig voor te zijn?
- » Waar voel jij angst of spanning bij jezelf?
- » Heb jij weleens lichamelijke klachten als jij bang of angstig bent? Wat voel jij dan?
- » Hoe kunnen anderen zien dat jij bang of angstig bent?
- » Durf jij soms niet alleen te zijn of alleen naar buiten te gaan?
- » Wat doe jij op een dag als jij ontspannen bent?
- » Maak jij je snel veel zorgen over dingen? Heb jij piekergedachten?
- » Waar denk jij veel over na?
- » Kan jij stoppen met veel nadenken of piekeren als jij dit wil?
- » Slaap jij weleens slecht doordat jij veel nadenkt over dingen?
- » Heb jij weleens last van nachtmerries?

Signalen

Wat doe of zie ik zelf?

Wat zien anderen als zij naar mij kijken?



- Ik voel mij niet bang of angstig
- Ik maak mij niet zoveel zorgen over dingen
- Ik slaap goed
- Ik doe activiteiten om te ontspannen
- Ik voel mij op mijn gemak als ik alleen ben en samen met anderen



- Ik voel mij soms bang of angstig
- Ik denk meer over dingen na en kan dit niet altijd stoppen
- Ik slaap minder goed
- Ik ga sommige situaties uit de weg omdat ik die spannend vind



- Ik voel mij erg bang of angstig
- Ik kan niet stoppen met nadenken en piekeren
- Ik heb lichamelijke klachten door de spanning
- Ik durf niet meer alleen te zijn
- Ik ben zo angstig dat ik weinig eet of drink

Angst en bang zijn



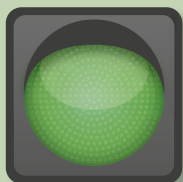
- » Kan jij erover praten als jij bang of angstig bent?
- » Wat helpt jou als jij bang of angstig bent?
- » Ben jij liever alleen of juist samen met iemand als jij bang of angstig bent?
- » Wie wil jij graag bij je in de buurt hebben als jij bang of angstig bent?
- » Wat kunnen anderen doen om jou te helpen als jij bang of angstig bent?
- » Wat wil jij dat anderen niet doen als jij bang of angstig bent?
- » Welke activiteiten kunnen jou helpen om rustiger te worden?
- » Wat kunnen anderen doen als jij niet kan stoppen met te veel nadenken?
- » Helpen medicijnen jou als jij bang of angstig bent?
- » Welke medicijnen kunnen jou hierbij helpen?

Interventies

Wat kan ik zelf doen?

Wat kunnen anderen doen?

Wat kan ik doen?



- Ik praat over mijn gedachten en gevoelens
- Ik doe mee met activiteiten
- Ik oefen met ontspanningsoefeningen

Wat kunnen anderen doen?

- Vraag hoe het met mij gaat
- Vraag mij om samen wat leuks te doen
- Oefen met mij wat ik kan doen als ik mij bang of angstig voel



- Ik zoek anderen op als ik bang ben om alleen te zijn
- Ik zeg het als ik niet kan stoppen met nadenken en piekeren
- Ik vraag om dingen die mij kunnen helpen om te ontspannen, zoals een stressbal of zware deken

- Stel mij gerust
- Doe samen met mij een activiteit
- Bied mij dingen aan om de angst te verminderen, zoals een stressbal of zware deken
- Bied mij medicatie aan



- Ik doe wat de begeleiders mij zeggen
- Ik blijf niet alleen
- Ik probeer wel te eten en drinken
- Ik neem medicijnen in

- Laat mij niet alleen
- Zorg voor een veilige omgeving
- Zeg duidelijk hoe, waar en hoe lang ik tot rust moet komen
- Neem de lichamelijke klachten serieus
- Bied mij medicijnen aan

Gedachten en in de war zijn



- » Welke dag, maand en welk jaar is het? Weet jij waar jij nu bent?
- » Waar denk jij de laatste week veel aan?
- » Ben jij ergens bang voor?
- » Ben jij weleens in de war geweest? Waar had jij toen last van?
- » Vind jij dat jij nu in de war bent?
- » Hoor jij weleens stemmen die anderen niet kunnen horen? Hoe weet jij dat?
- » Wat zeggen deze stemmen? Zijn er stemmen die zeggen wat jij moet doen?
- » Zie, ruik of voel jij weleens dingen die anderen niet kunnen zien, ruiken of voelen? Wat zie, ruik of voel jij dan?
- » Vind jij dat jij anderen kan vertrouwen? Waardoor wel of niet?
- » Vertrouw jij het personeel en de medepatiënten op de afdeling?
- » Denk jij weleens dat anderen jou achtervolgen? Waardoor denk jij dat zij dit doen?
- » Heb jij speciale krachten of kan jij dingen die anderen niet kunnen?
- » Ben jij belangrijker dan andere mensen?
- » Ben jij gelovig? Hoe is dit voor jou? Zijn er dingen in je geloof die belangrijk voor jou zijn?
- » Ben jij de laatste weken meer of anders bezig met het geloof?
- » Volg jij het nieuws? Ben jij veel bezig met het nieuws en wat er in de wereld gebeurt?

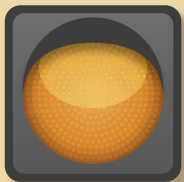
Signalen

Wat doe of zie ik zelf?

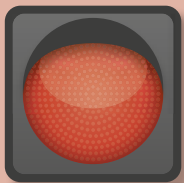
Wat zien anderen als zij naar mij kijken?



- Ik voel mij veilig
- Ik kan andere mensen vertrouwen
- Ik praat met de begeleiding over wat ik meemaak
- Ik kan "nee" zeggen tegen de stemmen



- Ik voel mij soms niet veilig
- Ik denk dat ik anderen niet goed kan vertrouwen
- Ik zie, hoor, voel of denk dingen die anderen niet meemaken
- Ik kan niet altijd "nee" zeggen tegen de stemmen
- Ik weet niet waar ik ben en welke dag het is



- Ik ben heel erg bang
- Ik vertrouw anderen niet en word boos of doe anderen pijn
- Ik moet doen wat de stemmen tegen mij zeggen
- Ik ben veel bezig met het geloof en kan dit niet stoppen
- Ik ben belangrijker dan anderen en luister naar niemand

Gedachten en in de war zijn



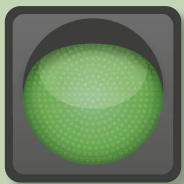
- » Kan jij de begeleiders herkennen en vinden op de afdeling?
- » Waar op de afdeling voel jij je veilig?
- » Wie kan jij vertrouwen?
- » Hoe kunnen wij jou geruststellen als jij bang bent?
- » Helpen medicijnen jou als jij in de war bent?
- » Kan jij het vertellen als jij dingen ziet, ruikt, voelt of hoort die anderen niet meemaken?
- » Helpen medicijnen jou als jij dingen ziet, ruikt, voelt of hoort die anderen niet meemaken?
- » Wat of wie helpt jou als jij dingen ziet, ruikt, voelt of stemmen hoort?
- » Kan jij "nee" zeggen tegen de stemmen als jij iets niet wil doen?
- » Wat of wie kan jou helpen om "nee" te kunnen zeggen tegen de stemmen?
- » Als jij niet zeker weet of iets klopt, vraag jij dit dan na?

Interventies

Wat kan ik zelf doen?

Wat kunnen anderen doen?

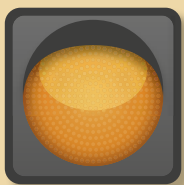
Wat kan ik doen?



- Ik praat over mijn gedachten en wat ik meemaak
- Ik doe mee met activiteiten
- Ik neem mijn medicijnen in

Wat kunnen anderen doen?

- Vraag hoe het met mij gaat
- Geef uitleg over wat ik meemaak en wat er gebeurt
- Vraag mij om samen wat leuks te doen



- Ik zoek anderen op als ik bang ben
- Ik vraag het na als ik niet weet of iets klopt
- Ik zeg het als ik dingen zie, hoor, voel of ruik
- Ik zeg "nee" tegen de stemmen als ik iets niet wil of kan doen

- Stel mij gerust
- Vraag mij wat ik meemaak en denk
- Vertel wie jij bent als jij contact maakt
- Betrek de mensen die ik vertrouw
- Ga niet in discussie over wat ik zie, hoor, voel of ruik
- Bied mij medicatie aan



- Ik doe wat de begeleiders mij zeggen
- Ik neem de medicijnen in die mij gegeven worden
- Ik doe niemand pijn

- Zorg voor een veilige omgeving
- Praat rustig en met korte zinnen
- Vraag niet te veel aan mij
- Verminder stress vanuit de omgeving
- Geef mij medicijnen