

Clïent Zelf-Beoordeling gebaseerd op de START

Clïent: _____

Datum: _____

DEEL 1

Kwetsbare punten

- **Kwetsbare punten** zijn dingen (in uzelf en in uw leven) die er voor kunnen zorgen dat het niet goed met u gaat, en dat u (weer) in aanraking komt met politie en justitie.
- Geef bij de onderstaande dingen aan of het kwetsbare punten van u zijn.
- Gebruik de vierkanten voor uw antwoorden. Op de cirkels komen we later terug.

Punt	Kwetsbaar punt?			3 of meer Belangrijkste
	Ja	Enigszins	Nee	
1. <u>Moeilijk contact maken met anderen</u> Teruggetrokken zijn. Stil zijn, niet veel zeggen. Lastig in de omgang met anderen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
2. <u>Moeite met het opbouwen van relaties</u> Met vrienden, een partner, hulpverleners.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
3. <u>Problemen met werk of opleiding</u> Geen interesse in hebben. Kost moeite om het goed te doen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
4. <u>Gebrek aan bezigheden in je vrije tijd</u> Geen hobbies hebben. Je vervelen, of maar wat rondhangen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
5. <u>Moeite met het verzorgen van jezelf</u> Moeilijk vinden om je huis schoon te houden, eten te koken, je kleren te wassen, regelmatig te douchen, gezond te leven.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
6. <u>Problemen hebben met helder denken</u> Moeilijk je aandacht ergens bij kunnen houden. Stemmen horen, of storende gedachten hebben. Vaak anderen wantrouwen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
7. <u>Slechte stemming hebben</u> Je onplezierig voelen. Somber. Prikkelbaar. Boos.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
8. <u>Problemen met alcohol of drugs</u> Teveel drinken. Drugs gebruiken. Gebruik beïnvloedt je leven.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
9. <u>Gebrek aan zelfbeheersing</u> Eerst doen en dan pas denken. Geen rekening houden met de gevolgen van wat je doet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
10. <u>Gevoelig zijn voor slechte invloeden</u> Meedoen met vrienden terwijl je weet dat je daardoor in de problemen komt. Moeilijkheden opzoeken.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
11. <u>Gebrek aan steun van mensen om je heen</u> Helemaal op jezelf aangewezen zijn. Of steun van anderen afwijzen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>

Punt	Kwetsbaar punt?			3 of meer Belangrijkste
	Ja	Enigszins	Nee	
12. <u>Problemen met geld of wonen</u> Grote schulden hebben. Geen geld voor de huur, eten, gas, licht. Zorgen over je woning. Hulp afwijzen bij het beheren van je geld.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
13. <u>Gebrek aan respect voor anderen</u> Liegen. Moeite om te begrijpen waarom anderen verdrietig zijn. Wat jij wilt is belangrijker dan wat andere mensen willen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
14. <u>Medicijnen laten staan of verkeerd gebruiken</u> Voorgeschreven medicijnen laten staan. Of ze anders gebruiken dan aangegeven is. Twijfels hebben over noodzaak ervan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
15. <u>Moeite met regels</u> Afspraken niet nakomen. Geen afspraken willen maken. Je verzetten tegen controles, bijvoorbeeld controle op druggebruik.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
16. <u>Je vervelend gedragen naar anderen</u> Pesten of bang maken. Stelen. Vernielen. Seksueel lastig vallen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
17. <u>Onzeker zijn over je sterke en zwakke punten</u> Onduidelijk voor je zijn waarom je soms in de problemen komt. Niet aan zien komen als het weer slechter met je gaat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
18. <u>Een doel en plannen missen</u> Niet weten wat je eigenlijk wil. Of plannen hebben waarvan je eigenlijk wel weet dat ze niet haalbaar zijn, of slecht voor anderen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
19. <u>Moeilijk problemen de baas kunnen</u> Problemen overrompelen je. Maken je angstig. Groeien je snel boven het hoofd. Omgaan met veranderingen is moeilijk voor je.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
20. <u>Moeite om mee te werken aan je behandeling</u> Twijfelen of behandeling wel zin heeft. Net doen of je meewerkt. Eigenlijk vinden dat anderen moeten veranderen en niet jij.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
21. <u>Problemen in omgaan met seksualiteit</u> Geen seksuele partner. Storende of onaanvaardbare seksuele aandrag, fantasieën of gedrag. Onveilige seks. Verslaafd aan seks.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
<u>Andere dingen die er voor zorgen dat het slecht met u gaat</u>				
.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>

Kruis nu in de meest rechtse kolom (de cirkels) de 3 of meer belangrijkste dingen aan die ervoor kunnen zorgen dat het slecht met u gaat.

Beschermende punten

- **Beschermende punten** zijn dingen (in uzelf en in uw leven) die er juist voor zorgen dat het goed met u gaat, en dat u niet (weer) in aanraking komt met politie en justitie.
- Geef bij de onderstaande dingen aan of het beschermende punten van u zijn.
- Gebruik de vierkanten voor uw antwoorden. Op de cirkels komen we later weer terug

Punt	Beschermend punt?			3 of meer Belangrijkste
	Ja	Enigszins	Nee	
1. <u>Contact kunnen maken met anderen</u> Een praatje kunnen maken. Meedoen met groepsactiviteiten. Plezier beleven aan contact met anderen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
2. <u>Goede relaties kunnen opbouwen</u> Met vrienden, een partner, hulpverleners.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
3. <u>Plezier in je werk of opleiding</u> Werk hebben of een opleiding. Goed je werk of opleiding kunnen doen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
4. <u>Bezigheden hebben in je vrije tijd</u> Hobbies hebben. Je kunnen vermaken.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
5. <u>Jezelf kunnen verzorgen</u> Je huis schoon kunnen houden. Eten koken. Je kleren wassen. Douchen. Gezond leven.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
6. <u>Helder kunnen denken</u> Je aandacht ergens bij kunnen houden. Geen stemmen horen, of storende gedachten hebben.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
7. <u>Goede stemming hebben</u> Je plezierig voelen. Kalm. Hoopvol.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
8. <u>Van alcohol en drugs af kunnen blijven</u> Geen drugs gebruiken. Met mate drinken. Behandeling hiervoor accepteren, als dat nodig is.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
9. <u>Zelfbeheersing</u> Je goed kunnen beheersen. Jezelf in de hand hebben. Eerst denken, dan pas doen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
10. <u>Weerstand kunnen bieden aan slechte invloeden</u> Weigeren mee te doen als vrienden dingen doen die niet goed zijn. Problemen niet opzoeken.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
11. <u>Steun van de mensen om je heen</u> Mensen hebben die je steunen (familie, vrienden of hulpverleners). Die het beste voor jou willen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>

Punt	Beschermend punt?			3 of meer Belangrijkste
	Ja	Enigszins	Nee	
12. <u>Geld en woning voor elkaar hebben</u> Met je geld uitkomen. Geen schulden hebben. Goede woonruimte hebben. Hulp aanvaarden bij het beheren van je geld.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
13. <u>Respect voor anderen hebben</u> Open en eerlijk zijn naar anderen. Je kunnen voorstellen dat anderen verdrietig zijn om iets.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
14. <u>Medicijnen goed gebruiken</u> Voorgeschreven medicijnen gebruiken. Begrijpen waarom ze nodig zijn.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
15. <u>Je houden aan regels</u> Begrijpen waarom de regels nodig zijn. Meewerken aan controles, bijvoorbeeld controle op druggebruik.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
16. <u>Je prettig gedragen voor anderen</u> Van spullen van een ander afblijven. Je veilig gedragen voor anderen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
17. <u>Je sterke en zwakke punten kennen</u> Weten waardoor je soms in de problemen komt. Herkennen als het weer slechter me je gaat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
18. <u>Een doel en plannen hebben</u> Iets hebben waarnaar je streeft. Wat niet ten koste gaat van andere mensen. Plannen hebben, die ook haalbaar zijn.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
19. <u>Kunnen omgaan met problemen</u> Problemen kunnen oplossen. Met stress en veranderingen kunnen omgaan. Zonodig hulp vragen. Positief blijven denken.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
20. <u>Meewerken aan je behandeling</u> Je inzetten voor je behandeling. Willen slagen. Meedoen, omdat je dat zelf ook wil.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
21. <u>Goed omgaan met seksualiteit</u> Goede seksuele relatie. Controle over seksuele prikkels, fantasieën en gedrag. Veilige seks voor beiden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
<u>Andere dingen die er voor zorgen dat het goed met u gaat</u>				
.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>
.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="radio"/>

Kruis nu in de meest rechtse kolom (de cirkels) de 3 of meer dingen aan die voor u het belangrijkste zijn om ervoor te zorgen dat het goed met u gaat.

DEEL 2

U heeft zojuist uw belangrijkste kwetsbare en beschermende punten aangegeven. Dit zijn de punten die u heeft aangekruist in de meest rechtse kolom met cirkels.

Neem nu de aangekruiste punten over in de tabellen hieronder. Schrijf de nummers van uw belangrijkste kwetsbare punten in de bovenste tabel, en de nummers van uw belangrijkste beschermende punten in de onderste tabel.

Beoordeel nu voor elk punt hoe het op dit moment met u gaat op dat punt. Doe dit door uzelf daar een rapportcijfer voor te geven, tussen 0 en 10. De cijfers betekenen dan het volgende:

0 = Kan niet slechter
 6 = Net voldoende
 10 = Kan niet beter

Belangrijk kwetsbaar punt	Hoe gaat het nu met u op dit punt?											
<i>Nummer</i>	Kan niet slechter			Net Voldoende						Kan niet beter		
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

Belangrijk beschermend punt	Hoe gaat het nu met u op dit punt?											
<i>Nummer</i>	Kan niet slechter			Net Voldoende						Kan niet beter		
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

© Short-Term Assessment of Risk and Treatability (START): BC Mental Health & Addiction Services, Coquitlam, British Columbia, Canada and St. Joseph's Healthcare Hamilton, Ontario, Canada, 2004 and 2009

© Client Zelf-Beoordeling gebaseerd op de START: RGOC, Universitair Medisch Centrum Groningen, Nederland, 2011