

Vragenlijst voor het maken van een Hulpkaart

Versie 13-9-2018



Voor de begeleider: cursief gedrukte tekst in vragenlijst zijn suggesties, wanneer de deelnemer dit als vraag verduidelijking nodig heeft. Voorkom dat je een eigen interpretatie geeft.

Vragenlijst

Persoonlijke gegevens

Naam

Geboortedatum

Burgerservicenummer

Adres

Postcode en woonplaats

Telefoonnummer(s)

Zorgaanbieder

1. Soms loop ik vast in een situatie. Ik ben de regie dan kwijt. Hoe ziet er dat bij mij uit?

a. hoe kunnen anderen dat aan jou zien?

.....
.....

Suggesties: kenmerken als; luider gaan praten, schreeuwen, veel met handen bewegen, knipperende ogen, zweten, niet meer goed uit mijn woorden komen, niks meer zeggen, boos weglopen, enz.)

b. beschrijf wat je zelf dan merkt

.....
.....

Suggesties: licht in mijn hoofd, tintelen.. warm worden, onrustig, wil herrie maken, etc.).

2. Hoe kunnen anderen in zo'n situatie het best me je omgaan? Wat heb je nodig?

a. Wat moet de ander dan doen?

.....
.....

Suggesties: Wees kalm. Luister eerst naar mijn verhaal. Spreek in korte zinnen, gebruik makkelijke woorden. Herhaal dit zo nodig, als ik niet reageer. Vertel mij daarna wat er gaat gebeuren. Tijdens een crisis ben ik meestal weigerachtig. Vraag mij mijn contactpersoon te bellen.

b. Wat moet de ander beslist niet doen bij jou?

.....
.....

Suggesties: Luid praten, zuchten, over mij praten met een ander, alsof ik er niet bij ben. Vastpakken. Mij als een klein kind behandelen. Lachen.

3. Contactpersonen

In de Hulpkaart kunnen afspraken met andere mensen staan, die je kunnen helpen in nood. Wie zijn dat bij jou?

.....
.....

Suggesties: een begeleider, familielid, vriend of vriendin, man of vrouw

1^e Contactpersoon

Naam (M/V)

Adres

Woonplaats

Relatie

Organisatie

Tel. Overdag / avond.....

2^e Contactpersoon

Naam (M/V)

Adres

Woonplaats

Relatie

Organisatie

Tel. Overdag / avond

4. Dagelijks leven

- a. Hoe woon jij? Begeleid in een groep / begeleid zelfstandig / zelfstandig / anders, namelijk:

.....
.....

- b. Wat lukt jou goed zelf, in het dagelijks leven?

.....
.....

- c. Waar heb jij moeite mee in het dagelijks leven?

.....
.....

Suggestie: neem eventueel een dag door met de deelnemer of loop leefgebieden na, als financiën, huisvesting, werk/dagbesteding, psychisch functioneren e.d. Eventueel kun je test gegevens toevoegen.

5. Gezondheid

- a. **Lichamelijke gegevens:** heb je lichamelijke klachten, ziekte of een beperking?

- a. *Noteer hier relevante diagnoses (zoals diabetes, migraine of slechthorendheid).*

.....
.....

- b. **Psychische klachten:**

- a. *Noteer hier relevante diagnoses (zoals psychose, bipolaire stoornis, autisme, NAH).*

.....
.....

c. Medicatie:

Noteer hier de huidige medicatie met de voorschrijvend arts of behandelaar

Medicijn	dosering	Tijdstip inname	Arts/behandelaar

Heb je eerder medicatie gehad om rustiger te worden?

Zo ja, welke?

.....
.....

d. Ben je ooit opgenomen geweest voor een crisis?

Zo ja, waar?

.....
.....

Zou je daar opnieuw opgenomen kunnen worden?

.....

Eventuele toelichting, opmerking of vraag:

.....
.....

Datum:

Handtekening:

.....