



### Werkblad 5.5a Veiligheidsgedrag en vermijding: Is dit werkelijk nodig?

Acties die vaak worden ondernomen om schade te voorkomen	Wat is op jou van toepassing?	Hoe zinvol lijkt je dat? (+5 heel zinvol 0 niet zinvol -5 maakt het juist erger)	Wat kan er gebeuren als je het uitvoeren van dit gedrag achterwege laat?  Deed je dat wel eens? Wat gebeurde er toen?  Hoe beperkend is deze actie voor je dagelijks leven en de kwaliteit van je leven? +5 veel voordelen 0 nauwelijks tot geen - 5 duidelijke beperking van kwaliteit van leven
<b>Vermijding:</b> bv. vermijden van menigten, politiebureaus, bepaald voedsel, lege of openbare ruimtes			
<b>Vermommingen:</b> bv. zonnebril, hoofddoek, naar de grond kijken in het openbaar			
<b>Beschermende maatregelen:</b> bv. verschillende sloten aanbrengen, dragen van amuletten/gelukbandjes, blokkeren van de slaapkamerdeur met een stoel, de ronde doen om te controleren op veranderingen, wapens dragen, dreigende gebaren maken om mensen af te weren die verdacht lijken			
<b>Vorbereidingen om situaties te ontvluchten:</b> bv. altijd op de loop zijn, altijd vlakbij de uitgang staan in het openbaar vervoer			
<b>Ander veiligheidsgedrag of vermijding:</b>			