

**Nullijngegevens (frequentie van zelfverwonding):**

**Doel (gereduceerde frequentie van zelfverwonding):**

**Te gebruiken vaardigheden in plaats van zelfverwonding:**

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

**Beloning voor het bereiken van het doel:**

**Commitment:**

Handtekening: \_\_\_\_\_

Getuige (therapeut, counselor, et cetera): \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Voor de periode van \_\_\_\_\_ tot \_\_\_\_\_

■ **Figuur 10.2** Zelfbeschermingscontract. Bron: uit Walsh (2012)