

■ **Tabel C.2** Reden van zelfbeschadiging

nooit = 0 zelden = 1 soms = 2 vaak = 3

redenen	Score
1. om werk, school of andere activiteiten te vermijden	
2. om 'gevoelloosheid' of een gevoel van leegte te verlichten	
3. om aandacht te krijgen	
4. om iets te voelen, ook al is het pijn	
5. om te voorkomen dat je iets onplezierigs moest doen dat je niet wilde doen	
6. om controle te krijgen over een situatie	
7. om een reactie bij iemand uit te lokken, ook al is die negatief	
8. om meer aandacht van je ouders of vrienden te krijgen	
9. om samenzijn met anderen te vermijden	
10. om jezelf te straffen	
11. om andere mensen zover te krijgen dat ze zich anders gedragen of veranderen	
12. om net zo te zijn als iemand voor wie je respect hebt	
13. om te voorkomen dat je gestraft wordt of voor de consequenties moet opdraaien	
14. om een einde te maken aan slechte gevoelens	
15. om anderen te laten weten hoe wanhopig je bent	
16. om meer het gevoel te hebben dat je onderdeel bent van een groep	
17. om ervoor te zorgen dat je ouders je begrijpen of opmerken	
18. om jezelf iets te doen te geven als je alleen bent	
19. om jezelf iets te doen te geven als je met anderen bent	
20. om hulp te krijgen	
21. om anderen boos te maken	
22. om je ontspannen te voelen	
23. anders, namelijk: ...	