

TRIM-20-NL

Veel mensen maken in hun leven een vorm van geweld of onrecht mee, zoals bijvoorbeeld pesten, geroddel, diefstal, overval, bedrog, overspel, laster, verraad, mishandeling, bedreiging, intimidatie, aanranding, verkrachting, stalking, discriminatie, buitensluiten, verwaarlozing, minachting of niet erkend/gewaardeerd worden.

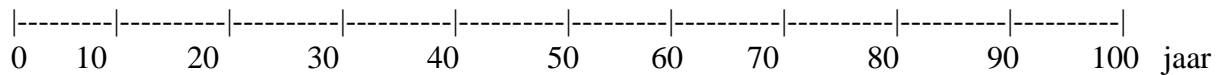
Denk bij de volgende vragen aan een persoon die u zoiets heeft aangedaan. Als er meerdere personen zijn die u iets hebben aangedaan, kies dan de persoon die het eerst bij u opkomt.

Welke vorm(en) van geweld of onrecht heeft hij/zij u aangedaan?

.....
.....
.....

Op welke leeftijd of in welke levensfase gebeurde dit?

Zet een kruisje bij de leeftijd waarop het gebeurde. Als het om een langere periode gaat, zet dan een kruisje bij het begin en het einde van die periode.



We willen graag weten hoe u op dit moment tegen de persoon aankijkt die u dit geweld of onrecht heeft aangedaan. Omcirkel bij de stellingen op de volgende bladzijde het cijfer dat het best past bij uw gedachten en gevoelens over deze persoon op dit moment. Als u het er sterk mee eens bent, omcirkel dan een "7": als u het er sterk mee oneens bent omcirkel dan een "1".

- (1) Sterk mee oneens
- (2) Oneens
- (3) Beetje oneens
- (4) Niet mee eens of niet mee oneens
- (5) Beetje mee eens
- (6) Mee eens
- (7) Sterk mee eens

	Sterk mee oneens						Sterk mee eens
1 Ik wil het hem/haar betaald zetten	1	2	3	4	5	6	7
2 Ik probeer zoveel mogelijk afstand tussen ons te bewaren	1	2	3	4	5	6	7
3 Ook al heeft hij/zij mij iets aangedaan, ik heb het beste met hem/haar voor	1	2	3	4	5	6	7
4 Ik wil dat hem/haar iets ergs overkomt	1	2	3	4	5	6	7
5 Ik leef alsof hij/zij niet bestaat, er niet is	1	2	3	4	5	6	7
6 Ik wil dat we verdergaan alsof het nooit is gebeurd	1	2	3	4	5	6	7
7 Ik vertrouw hem/haar niet	1	2	3	4	5	6	7
8 Ondanks wat hij/zij heeft gedaan wil ik dat we normaal met elkaar om kunnen gaan	1	2	3	4	5	6	7
9 Ik wil dat de hij/zij krijgt wat hij/zij verdient	1	2	3	4	5	6	7
10 Ik vind het moeilijk vriendelijk tegen hem/haar te doen	1	2	3	4	5	6	7
11 Ik vermijd hem/haar	1	2	3	4	5	6	7
12 Hij/zij heeft me gekwetst, maar ik zet de pijn opzij, zodat we beide verder kunnen gaan	1	2	3	4	5	6	7
13 Ik pak hem/haar wel terug	1	2	3	4	5	6	7
14 Ik heb mijn pijn en haat opzij gezet	1	2	3	4	5	6	7
15 Ik wil hem/haar nooit meer zien	1	2	3	4	5	6	7
16 Ik heb mijn boosheid losgelaten, van me af laten glijden, zodat we verder kunnen	1	2	3	4	5	6	7
17 Ik wil hem/haar in diepe ellende zien	1	2	3	4	5	6	7
18 Ik wil niets met hem/haar te maken hebben	1	2	3	4	5	6	7
19 Ik heb op hem/haar wraak genomen	1	2	3	4	5	6	7
20 Ik heb het hem/haar vergeven	1	2	3	4	5	6	7