

## **VRAGENLIJST**

Het doel van deze vragenlijst is een globaal beeld te krijgen van de aard van uw problemen. Het zal de gesprekken ten goede komen indien u deze vragen, onafhankelijk van elkaar, zo nauwkeurig en volledig mogelijk probeert te beantwoorden.

Deze informatie zal vanzelfsprekend vertrouwelijk worden behandeld.

Datum:

Naam:

Adres:

Postcode:

Woonplaats:

Mobiele telefoonnummer:

E-mail:

Onderstreep welke van de volgende begrippen op u van toepassing is:

- 1: Hoofdpijn
- 2: Maagklachten
- 3: Zelfmoordideeën
- 4: Zelfmoordpogingen
- 5: Drankgebruik
- 6: Internetverslaving
- 7: Drugsgebruik
- 8: Gespannen voelen
- 9: Kan niet ontspannen
- 10: Paniekerig
- 11: Bevingen
- 12: Kan geen beslissingen nemen
- 13: Houd niet van vakanties of weekenden

- 14: Hartkloppingen
- 15: Seksuele problemen
- 16: Verliefd
- 17: Gedeprimeerd
- 18: Over ambitieus
- 19: Slapeloosheid
- 20: Gelukkig
- 21: Vermoeidheid
- 22: Flauwvallen
- 23: Nachtmerries
- 24: Kan niet genieten
- 25: Concentratieproblemen
- 26: Gebruik medicijnen
- 27: Kan geen vrienden maken
- 28: Vergeet vaak dingen
- 29: Financiële problemen
- 30: Geen eetlust
- 31: Kom niet voor mezelf op

## PROBLEEMGEBIEDEN

In het hierna volgende kunt u onderstrepen welke problemen u in uw relatie ervaart of heeft ervaren. Ter verduidelijking illustreren wij dit aan de hand van de hierna genoemde nummer 6 (vrienden).

Bijvoorbeeld:

6. Vrienden
- a verschillende vrienden*
  - b tijd met vrienden*
  - c persoonlijke zaken bespreken met vrienden*
  - d aantal: te weinig of te veel*
  - e andere .....*

Wanneer u bijvoorbeeld niet dezelfde vrienden heeft, maar daar onderling geen problemen over heeft, moet u het onder a genoemde niet onderstrepen.

Als u verschillende vrienden heeft en dat als een probleem tussen u beiden ervaart, onderstreept u het onder a genoemde wel.

Op deze wijze kunt u alle gestelde vragen beantwoorden.

1. Communicatie
- a te weinig met elkaar praten
  - b niets om over te praten
  - c manier van praten (ongeduldig, haastig, enz.)
  - d schelden
  - e verschil in kennis
  - f verschil in waardering van bepaalde onderwerpen (bijvoorbeeld praten over werk of andere mensen)
  - g we maken nooit ruzie
  - h gedragsverandering van een van de partners (bijvoorbeeld na beroerte of andere ernstige ziekte)
  - i andere .....

2. Geld

- a te veel uitgeven (wie en waaraan)
- b geldgebrek
- c zakgeld kinderen
- d huishoudgeld
- e andere.....

3. Seksualiteit

- a tijd ('s morgens, 's avonds enz....)
- b manier (ruwe benadering partner, te weinig voorspel of andere)
- c hoe vaak
- d voortijdige zaadlozing
- e moeilijk om orgasme te bereiken
- f erectieproblemen
- g gebrek aan seksuele aantrekkingskracht
- h anticonceptie
- i vreemdgaan
- j informatie over seks
- k gebrek aan intimiteit / knuffelen
- l andere .....

4. Godsdienst

- a verschillende godsdiensten
- b godsdienst voor kinderen
- c beleving
- d andere .....

5. Recreatie/ tijd voor elkaar

- a hoeveel tijd voor bepaalde activiteiten
- b onenigheid over wijze waarop tijd voor ontspanning wordt doorgebracht (bijvoorbeeld gaan vissen of cafébezoek)
- c wie (alleen of met het gezin)
- d tijd (wanneer)
- e waar wordt vakantie doorgebracht
- f onderlinge competitie (bijvoorbeeld in sport)
- g andere .....

6. Vrienden

- a verschillende vrienden
- b tijd met vrienden
- c persoonlijke zaken bespreken met vrienden
- d aantal: te weinig of teveel
- e andere .....

7. Kinderen

- a aantal (te veel of te weinig)
- b verschil in leeftijd
- c tijd doorbrengen met kinderen
- d activiteiten
- e seksuele voorlichting
- f opvoedingsproblemen
- g kind met beperking
- h ongewenst kind
- i samengesteld gezin
- j adoptie

k dood van een kind / miskraam / abortus

l andere .....

8. Verantwoordelijkheden in huis

a partner doet te veel / te weinig aan het huishouden

b partner doet te veel / te weinig aan opvoeding kinderen

c andere .....

9. (Schoon)familie

a welke familie bezoeken

b hoe vaak

c inmenging in huwelijk

d hekel aan ouders van partner

e hekel aan een of beide ouders

f financiële hulp aan ouders

g financiële hulp aan eigen ouders

h schoonfamilies mogen elkaar niet

i schoonouders hebben een hekel aan mij

j een of beide ouders hebben een hekel aan mij

k dood van een familielid

l andere .....

10. Genotmiddelen Alcohol/Drugs Medicijnen/Gokken

a overmatig gebruik (wie)

b geen overeenstemming over wat acceptabel is

c wanneer en waar

d geld uitgeven aan bijvoorbeeld drank of drugs

e ongewenste reacties bij bijvoorbeeld drinken of drugsgebruik (zoals flirten, woede, slaan)

f andere.....

11. Werk

a tijd (teveel of te weinig met werk bezig)

b carrièreperspectief (vastgelopen / te ambitieus)

c niet naar zin (burn-out)

d andere

12. Aan welke van de hierboven genoemde problemen wilt u het eerst gaan werken?

.....

.....

13. Rangschik de problemen in volgorde van belangrijkheid voor u.

1.....

2.....

3.....

4.....

5.....

## DE OPEN VRAGEN

1. Wat zijn uw huidige interesses, hobby's of andere activiteiten?
2. Hoe veel tijd besteed u aan uw eigen hobby's (bijvoorbeeld: wandelen, vrienden opzoeken, winkelen, enz.) per week?
3. Wat voor dingen vindt u leuk om samen met uw partner te doen? (bijvoorbeeld: samen in de stad eten, naar de bioscoop gaan, praten over uw werk of over de kinderen, enz.) En hoeveel tijd besteed u hieraan met uw partner per week?
4. Wat voor dingen doet u die uw partner in het bijzonder prettig van u vindt?
5. Wat voor dingen doet uw partner die u in het bijzonder prettig van hem/haar vindt?
6. Van welke gedragingen van uw partner zou u willen dat ze vaker zouden voorkomen?
7. Van welke gedragingen van uw partner zou u willen dat ze minder vaak voorkwamen?
8. Was echt alles goed toen jullie relatie op zijn best was ?
9. Is er sprake (geweest) van fysiek geweld ?
10. Ben je al op zoek naar een plek voor jezelf ?
11. Laat je partner jou voldoende weten dat jij de moeite waard bent ?



12. Zou je partner echt er aan mee willen werken om het probleem in jullie relatie te helpen oplossen? Is je partner bereid zo nodig te veranderen ?

13. Wat zou je missen in je partner als je weg zou gaan ?

14. Wanneer begon een van jullie te veranderen of wat bracht een verandering teweeg in jullie relatie?

15. Welke verandering was dat ? Was het daarvoor echt goed tussen jullie ?

16. Weet de ander dat ?

17. Als de ander dat nog niet wist wat was zijn/haar reactie ?

18. Is alle informatie betreffende de verandering (en) in jullie relatie nu bekend ?

19. Ook de achterliggende gevoelens ?

20. Als alle informatie nu bekend is, wat zou dat voor de ander betekenen: blijven of scheiden ?

21. Zijn de problemen onoverkomelijk of niet ?

22. Waarom zou je willen blijven ? Wil je er nog wel energie insteken ?

23. Waarom zou je willen scheiden ?

24. Heb je voldoende informatie om de consequenties van scheiding te overzien ? Denk daarbij aan :

Kinderen

Woning

Inkomen

Relaties (eenzaamheid/vrienden/familie)

25. Waar ben je bang voor als je blijft ?

26. Waar ben je bang voor in de scheidingsperiode ?

27. Waar ben je bang voor na de scheiding ?

28. Is die angst reëel ?

29. Is die angst weg te nemen ? Wat kan de ander daarbij voor jou doen ?

30. Vertrouw je daar op ?

31. Weet je het verschil in aanpak tussen een scheidingsbemiddelaar en ieder een eigen advocaat ?

32. Waar kies jij voor ? Wat kiest de ander ?

33. Zijn er vragen onbeantwoord gebleven ?

34. Voel je de problemen binnen jullie relatie nu minder sterk nu jullie de lijst hebben doorgesproken?