

Wat is de INCREASE-NL?

INCREASE staat voor 'Inventory of Characteristics of Recovery Stories' (in het Nederlands: Inventarisatie van karakteristieken van herstelverhalen). De INCREASE-NL is een instrument om verhalen (hierna: narratieven) over herstel van psychische gezondheid te karakteriseren. De term 'herstel' wordt hier gedefinieerd als 'een manier om een betekenisvol leven te leiden, met of zonder het hebben van psychische gezondheidsklachten'. INCREASE-NL vat bepaalde kenmerken van het narratief en de verteller samen. Het is geen oordeel over de kwaliteit of waarde van een narratief.

Wie kan de INCREASE-NL gebruiken?

De INCREASE-NL kan door iedereen worden gebruikt, hoewel het betrouwbaarder is wanneer het gebruikt wordt door codeurs met persoonlijke of professionele ervaring met psychische gezondheidsklachten en herstel. De betrouwbaarheid van het coderen neemt toe door (a) het coderen te oefenen met meerdere narratieven en door (b) twee codeurs onafhankelijk van elkaar de INCREASE-NL te laten invullen bij een verhaal en vervolgens overeenstemming te bepalen en eventuele verschillen te bespreken. Door het gebruik van de INCREASE-NL is men bezig met verhalen over herstel van psychische gezondheid, waardoor sommigen emotionele stress kunnen ervaren. Daarom adviseren we voldoende tijd te nemen voor het coderen van de verhalen en rekening te houden met het bieden van emotionele steun aan de codeurs.

Wie hebben de INCREASE ontwikkeld?

De INCREASE is ontwikkeld in het Verenigd Koninkrijk, als onderdeel van het NEON-programma gefinancierd door NIHR (referentie: RP PG 0615 20016). De INCREASE-NL is vertaald in lijn met de Engelstalige originele versie, slechts enkele achtergronditems zijn - in afstemming met de ontwikkelaars - passend gemaakt worden voor de Nederlandse situatie (zoals etniciteit).

De referentie voor de originele Engelstalige INCREASE is:

- Llewellyn-Beardsley, J., Barbic, S., Rennick-Egglestone, S., Ng, F., Roe, J., Hui, A., Franklin, D., Deakin, E., Hare-Duke, L., Slade, M. (2020). *INCREASE: Development of an Inventory to Characterize Recorded Mental Health Recovery Narratives*, *Journal of Recovery in Mental Health*, **3**, 25-44.

De Nederlandse vertaling van de INCREASE is uitgevoerd door betrokkenen van het STORY MINE ('Studying Topics of Recovery in Mental Health Oriented Narrative Experiences') project. De referentie is:

- Lases M., Bruins J., Ng F., Rennick-Egglestone S., Llewellyn-Beardsley J., Slade M., van Sambeek N., Scheepers F., van Balkom I., Castelein S. *Feasibility, validity and reliability of the Dutch translation of INCREASE (INCREASE-NL) inventory to characterize mental health recovery narratives*, *Journal of Recovery in Mental Health*, in press.

Instructies voor het invullen van de INCREASE-NL

Voor ieder item:

- Als het antwoordveld leeg is (bijv. item 1), vink dan aan als het item van toepassing is op het narratief en laat leeg als het item niet van toepassing is op het narratief.
- Als het antwoordveld om een hoeveelheid vraagt (alleen items 9 en 10), noteer dan uw schatting in het antwoordveld.
- Als het antwoordveld categorieën heeft (bijv. item 11), omcirkel dan de meest relevante categorie.
- Laat in alle gevallen het antwoordveld leeg, wanneer het antwoord niet te bepalen is.

INCREASE was developed as part of the NEON Programme (researchintorecovery.com/neon). © Nottinghamshire Healthcare NHS Foundation Trust.

This translation was published in 2024 by M. Lases and colleagues. (research@lentis.nl). © Lentis Research

Distributed using Creative Commons License: CC BY-NC-ND 4.0. No changes or commercial use without permission. Further information: researchintorecovery.com/INCREASE

TOEPASSING VAN INCREASE-NL

Waarvoor gebruikt u de INCREASE-NL?

Toepassing gebruik INCREASE-NL (vul in wat van toepassing is)	
Onderzoeksproject STORY MINE	
Ander onderzoeksproject, namelijk...	
Andere toepassing, namelijk...	

ALGEMENE GEGEVENS

Details van het narratief en codeur	
ID nummer narratief	
Titel van het narratief (indien aanwezig)	
Codeerdatum (dd-mm-jjjj)	/ /
Naam codeur	
Totale invultijd voor beoordelen + coderen van het narratief (min-sec)	

Bijzonderheden (*alleen invullen/aanvinken indien van toepassing)	
Verhaal niet gecodeerd (indien het geval, vul dan altijd ook het ID-nummer van het narratief + naam codeur in)	
Reden (bijv. stressvolle inhoud)	

ONDERDEEL 1: GESCHIKTHEID VAN HET NARRATIEF

Codeerinstructies voor Onderdeel 1: Dit onderdeel wordt gecodeerd om te bepalen of het narratief een narratief betreft over herstel van psychische gezondheid, zoals het oorspronkelijk gedefinieerd is in de NEON-studie. Dit wil zeggen dat een *narratief* wordt gezien als een *herstel-narratief over psychische gezondheid* als alle vier items in Onderdeel 1 zijn aangevinkt.

#	Item	Beschrijving	Antwoord (vink alles aan wat van toepassing is)
1	Is dit een weergave van persoonlijke ervaringen?	Het narratief vertegenwoordigt de persoonlijke ervaringen met psychische gezondheidsproblemen van de verteller, d.w.z. zijn/haar eigen ervaringen van de eigen psychische gezondheid. Narratieven geformuleerd in de derde persoon zijn acceptabel als ze onmiskenbaar over de eigen persoonlijke ervaringen gaan, bijv. door een begeleidende auteursbiografie of introductie. Een weergave van persoonlijke ervaringen met uitsluitend afbeeldingen, telt hier ook mee. Vink niet aan als het verslag gaat over iemand anders steunen bijv. vanuit het perspectief van een familielid of medewerker.	
2	Is dit een narratief?	Het narratief vertegenwoordigt een reeks van gebeurtenissen of acties die gedurende een periode plaatsvinden. Vink niet aan als het stuk voornamelijk bijv. een argument, discussie of beschrijving van iets is (bijv. een toestand). Voor op afbeeldingen gebaseerde narratieven, vink aan als de afbeelding herkenbaar opeenvolgende details of een indicatie van transitie bevat.	
3	Bevat het narratief elementen van tegenslag of worsteling?	Het narratief bevat gedefinieerde ervaringen van tegenspoed of worsteling van de verteller die verband houden met psychische gezondheidsklachten. Deze aspecten mogen variëren van een heel klein gedeelte tot een heel groot gedeelte van het narratief. Tegenspoed of worsteling mag vele verschillende vormen aannemen en kan gedurende (een) korte of lange tijdperiode(s) ervaren zijn.	
4	Bevat het narratief elementen van succes, krachten of overleving?	Het narratief bevat gedefinieerde ervaringen van succes, krachten of overleving van de verteller in relatie tot psychische gezondheidsklachten. Deze aspecten kunnen variëren van een heel klein gedeelte tot een heel groot gedeelte van het narratief. Succes, krachten of overleving kunnen vele verschillende vormen aannemen en kunnen gedurende (een) korte of lange tijdperiode(s) ervaren zijn.	

ONDERDEEL 2: NARRATIEF MODUS

Codeerinstructies voor Onderdeel 2: Narratieven kunnen op verschillende manieren worden weergegeven, bijv. met zowel beelden als geluid (bijv. film), of met afbeelding en tekst (bijv. een kunstwerk met begeleidende auteursbiografie). Vink alle aanwezige items aan.

#	Item	Beschrijving	Antwoord (vink alles aan wat van toepassing is)
5	Bevat het narratief tekst?	Het narratief bevat geschreven elementen, bijv. proza, poëzie, gedenkschrift, transcript van spraak, op tekst gebaseerde auteursgegevens of biografie bij een narratief gebaseerd op afbeeldingen of video.	
6	Bevat het narratief geluid?	Het narratief bevat een geluidselement, bijv. spraak, lied of podcast.	
7	Bevat het narratief bewegende beelden?	Het narratief bevat veranderende visuele elementen, bijv. film of video.	
8	Bevat het narratief statische afbeeldingen?	Het narratief bevat niet-veranderende visuele elementen, bijv. kunst, stripverhaal, fotografie, Photovoice of een foto van de auteur toegevoegd aan geschreven tekst.	
9	Totale lengte van de tekst	Meld de totale lengte (in woorden) van elke vorm van de tekst in het narratief. We raden aan om waar mogelijk het 'aantal woorden' te noteren (bijv. door te kopiëren en plakken in Word), anders graag een schatting hiervan maken. Laat het antwoordveld leeg als het narratief geen tekst bevat.	Aantal woorden:
10	Totale lengte van het geluidsfragment of de video	Meld de totale lengte (in minuten) van alle geluids- of video-elementen. Laat het antwoordveld leeg als het narratief alleen tekst of statische afbeeldingen bevat.	Aantal minuten:

ONDERDEEL 3: KENMERKEN VAN DE VERTELLER

Codeerinstructies voor Onderdeel 3: Voor items 11 t/m 15 geldt: Kies een antwoord als (1) de verteller expliciet naar dat antwoord verwijst of het benoemt OF (2) het narratief afkomstig is van een collectie van de groep in de antwoordoptie OF (3) als er geen specifieke verwijzing in narratief of collectie aanwezig is, maak je beste schatting. Laat het antwoordveld leeg als een schatting maken onmogelijk is bijv. in sommige op afbeeldingen-gebaseerde narratieven.

Voor items 16 t/m 30 geldt: kies een specifiek antwoord ALLEEN als verteller dat antwoord expliciet benoemt OF als het narratief uit een collectie van deze specifieke groep komt. Laat het antwoordveld leeg als het antwoord niet specifiek benoemd wordt door verteller, oftewel vermijd het scoren van aannames.

#	Item	Beschrijving	Antwoord (omcirkel één per item)
11	Gender	Antwoord 'anders' als de verteller zich identificeert als bijvoorbeeld trans, transgender, non-binair of enige andere genderidentiteit.	Man
			Vrouw
			Anders
12	Leeftijd		0-25
			26-40
			41-65
			66+
13	Etniciteit	Nederlands.	Nederland
			(Nederlands met) een migratieachtergrond vanuit
		België, Duitsland, Frankrijk, Verenigd Koninkrijk en overige West-Europese landen.	West-Europa
		Polen, Roemenië, Hongarije, Rusland en overige Oost-Europese landen.	Oost-Europa
		Bonaire, St. Eustatius, Saba, Aruba, Curaçao en Sint-Maarten.	Caribisch Nederland en Aruba, Curaçao, St Maarten
		Turkije, Suriname, Marokko.	Turkije, Suriname, Marokko
		Azië, Noord-Amerika, Zuid-Amerika, Afrika, Oceanië, overige of meervoudige migratie-achtergrond.	Overig

14	Herstelfase	Overweldigings-, uitstelfase: momenteel niet bezig met denken aan of toewerken naar herstel of welzijn.	Denkt nog niet aan herstel
		Bewustzijns-, overdenkings-, voorbereidingsfase: her-ontwaken van hoop, bewustzijn van afhankelijkheid, besluit nemen om leven weer op te bouwen.	Denkt aan herstel
		Wederopbouw-, actie-, onderhouds-, groeifase: actieve betrokkenheid, wederopbouw van het leven, leven voorbij beperking.	Werkt aan herstel
		Verteller wijst het concept 'herstel' zoals gebruikt in de GGZ expliciet af.	Wijst herstel af
15	Locatie van de verteller	Selecteer het continent waarin de meerderheid van de gebeurtenissen binnen het narratief plaatsvinden.	Afrika
			Azië
			Oceanië
			Europa
			Noord-Amerika
			Zuid-Amerika
16	Seksualiteit	Laat leeg als seksualiteit niet wordt benoemd door de verteller.	Biseksueel
			Homoseksuele man
			Heteroseksueel
			Lesbisch
			Anders
	Beperking	Vink aan als de verteller verwijst naar het hebben van substantiële en lange-termijn moeilijkheden als gevolg van psychische of lichamelijke gezondheidsproblemen. 'Psychische gezondheidsproblemen' is niet opgenomen als categorie, omdat alle verhalen deze per definitie zullen bevatten. Laat leeg als er geen beperking wordt benoemd door de verteller, oftewel vermijd het scoren van aannames.	Antwoord (vink alles aan wat van toepassing is)
17	Visuele beperking	Blindeheid of gedeeltelijk zicht. Niet aanvinken alleen op basis van het dragen van een bril door de verteller.	
18	Gehoörproblemen	Doofheid of gedeeltelijk horen.	
19	Beperkt(e) mobiliteit, uithoudingsvermogen	Moeilijkheden met bijv. lopen, traplopen, tillen en dragen OF moeilijkheden met uithoudingsvermogen of ademhaling.	
20	Cognitieve problemen	Moeilijkheden met leren (bijv. verstandelijke beperkingen), herinneren (bijv. als gevolg van dementie), of concentreren.	
21	Problemen bij zelfzorg	Moeilijkheden met zelfzorg zoals wassen of aankleden.	

	Diagnose	Voor items 22 t/m29, vink aan als de verteller de categorie van zijn/haar diagnose benoemt. Vink items 22 t/m 29 niet aan als de verteller benoemt dat de categorie aan hem/haar is toegewezen, maar deze afwijst. Als er geen categorie is vastgesteld EN item 30 niet van toepassing is, laat items 22 t/m 30 dan leeg.	Antwoord (vink alles aan wat van toepassing is)
22	Neuro-ontwikkeling gerelateerd	Bijv. autisme spectrum stoornis (ASS) of aandachtstekortstoornis met/zonder hyperactiviteit (ADHD/ADD).	
23	Eet- of voedings-gerelateerd	Bijv. anorexia, eetbuien, boulimia.	
24	Stemmings-gerelateerd	Bijv. angst, paniekaanvallen en fobieën of depressie, bipolair 1 of 2, cyclothymie (stoornis van wisselende stemming), dysthymie (persisterende depressieve stoornis), manische episoden, postnatale depressie (PND).	
25	Persoonlijkheid-gerelateerd	Bijv. borderline persoonlijkheidsstoornis (BPS), narcistische persoonlijkheidsstoornis, paranoïde persoonlijkheidsstoornis.	
26	Obsessief-compulsief gerelateerd	Bijv. obsessief-compulsieve stoornis (OCS), body dysmorphic disorder (stoornis in de lichaamsbeleving).	
27	Schizofrenie, psychose gerelateerd	Bijv. schizofrenie, waanstoornis, schizoaffectieve stoornis, stemmen horen.	
28	Trauma, stress gerelateerd	Bijv. aanpassingsstoornis, acute stress stoornis, posttraumatische stress stoornis (PTSS).	
29	Middelen-gerelateerd	Bijv. problematisch gebruik van alcohol, cannabinoïden, cocaïne, andere stimulantia, opioïden, hallucinogenen, kalmerende middelen, oplosmiddelen.	
30	Gebruikt een non-diagnostisch kader	Wijst actief het gebruik van diagnose af OF gebruikt andere termen in plaats van te verwijzen naar diagnose, zoals het horen van stemmen, stress door trauma, een overlever zijn van instellingen, identificeert zichzelf als gek, OF gebruikt een alternatief verklarend kader, zoals spirituele nood. A.u.b. hier geen vinkje plaatsen met als reden dat er bij items 22 t/m 29 niets is aangevinkt.	

ONDERDEEL 4: EIGENSCHAPPEN VAN HET NARRATIEF

Codeerinstructies voor Onderdeel 4: Kies het best passende antwoord voor ieder item. Veel verhalen kunnen bij meer dan één van deze antwoorden passen. Geef a.u.b. je beste inschatting over welk antwoord het beste past bij het narratief als geheel.

#	Item	Beschrijving	Antwoord (omcirkel één per item)
31	Genre	Hoofdfocus ligt op ontsnapping van de verteller aan of weerstand bieden tegen benoemde factoren die zijn of haar herstel in de weg staan, bijv. moeilijke familie- of andere omstandigheden, schadelijke of niet-helpende zorgverlening of behandeling, vormen van onrechtvaardigheid, betwiste diagnose, afwijzen van diagnostisch kader.	Ontsnapping
		Hoofdfocus ligt op overleving van de verteller en vermogen om vol te houden ondanks langdurige omstandigheden van bijv. beproeving, verlies, trauma of moeilijke omstandigheden. Omstandigheden kunnen op dit moment of in het verleden zijn.	Doorzettingsvermogen
		Hoofdfocus ligt op manier van de verteller om herstel te behouden of welzijn te bereiken, bijv. op [1] activiteiten, attitudes, leren, helpende relaties, [2] op prestaties of het bereiken van doelen, of [3] op manieren om zaken op orde te houden of te herstellen.	Inspanning
		Hoofdfocus ligt op transformatie van begrip van de verteller of perspectief over situatie, bijv. vinden van een nieuw verklarend kader; hun eigen empowerment of zelfverwezenlijking; een zoektocht of ontdekkingsreis; een gevoel van verlossing door iets groters dan zichzelf, menselijk danwel spiritueel.	Verlichting
32	Positionering	GGZ-behandelingen of zorgverlening worden algemeen beschreven als positieve factoren in het herstel van de verteller bijv. door behandelingen of diensten die werkten, positieve relaties met GGZ- medewerkers hebben, of door dienstverlening (bijv. werkzaam als ervaringsdeskundige).	Binnen de GGZ (positief)
		GGZ-behandelingen of zorgverlening worden algemeen beschreven als negatieve factoren in het herstel van de verteller, die actief herstel tegenhouden of psychische nood verergeren, bijv. wanbehandeling, negatieve attitudes medewerkers, verlies van rechten of waardigheid.	Binnen de GGZ (negatief)
		GGZ-behandelingen of zorgverlening worden niet genoemd, bijv. verteller is op een andere manier hersteld, of heeft alternatieve behandelingen of zorgverlening ondergaan; of GGZ-behandelingen zijn slechts minimaal aanwezig bijv. verteller vond behandelingen of zorgverlening neutraal of ineffectief, maar niet schadelijk.	Buiten de GGZ
33	Toon	Positief, bijv. opgewekt, tevreden, hoopvol, trots, optimistisch of reflectief.	Optimistisch
		Negatief, bijv. geagiteerd, verontschuldigend, wild, pessimistisch, verdrietig, overstuur of zelfkritisch.	Pessimistisch
		Provocerend of stimulerend, bijv. boos, uitdagend, tartend of protesterend.	Kritisch
		Vlak, feitelijk, rechteloos, gelaten of 'zo is het nu eenmaal'.	Neutraal

34	Relatie met herstel	Psychische gezondheidsklachten worden hoofdzakelijk in de verleden tijd beschreven, bijv. verteller verwacht ze in de toekomst niet te ervaren; spreekt over 'hersteld' te zijn.	Hersteld
		Herstel of gevoel van welzijn wordt beschreven als duidelijk aanwezig, bijv. verteller ervaart vooral welzijn, vertrouwt erop dat toekomstige psychische problemen hanteerbaar zullen zijn.	Goed bestaan, nagenoeg hersteld
		Herstel of gevoel van welzijn wordt beschreven als verbeterend, bijv. verteller ervaart welzijn en ervaart ook regelmatig periodes van psychische nood, is bang dat toekomstige psychische gezondheidsklachten misschien niet hanteerbaar zullen zijn.	Vooruitgang aan het boeken
		Herstel of gevoel van welzijn wordt beschreven als uitdagend of onder voorbehoud, bijv. verteller is gericht op het door een situatie heen werken, is volhardend ten aanzien van hele moeilijke omstandigheden, verwacht dat psychische gezondheidsklachten zullen voortduren in de toekomst.	Overleeft van dag-tot-dag
		Verteller wijst het concept 'herstel' af zoals gebruikt in de GGZ.	Wijst herstel af
35	Traject	Algemene tendens van het narratief is een stijgende vooruitgang naar herstel of welzijn. Het narratief kan tegenslagen of periodes van stress bevatten, maar de focus ligt op vooruitgang.	Opwaarts
		Algemene tendens van het narratief is zowel opwaartse spiraal naar gezondheid of welzijn als neerwaartse spiraal naar beproeving. Meevallers en tegenvallers kunnen dramatische of achtbaanveranderingen zijn of meer geleidelijk in de tijd plaatsvinden, maar het narratief is min of meer gelijk verdeeld tussen ups en downs.	Ups en downs
		Algemene vorm van het narratief bevat geen significante opwaartse en neerwaartse spiralen, bijv. verteller kan een gevoel van stagnatie beschrijven of van dag tot dag kijken.	Horizontaal
		Algemene vorm van het narratief wordt onderbroken door een enkele crisis of moeilijke periode, waarna de oude vorm en richting weer hervat worden, bijv. verteller ervaart een traumatische gebeurtenis of ongeluk waarna het leven weer terugkeert naar 'normaal'.	Onderbroken
		Algemene vorm van het narratief circuleert door reeksen van beproeving of moeilijkheden, gradueel herstel, periode van welzijn en een terugkeer naar beproeving of moeilijkheden, waarin enig eerder gevoel van herstel, winst of welzijn verloren of afwezig is.	Circulair
36	Gebruik van metafoor of symbolisch taalgebruik	Als het narratief tekst of spraak bevat: Is er metaforische of symbolische taal gebruikt? Selecteer ja voor alle afbeelding-gebaseerde narratieven.	Ja
			Nee

ONDERDEEL 5: INHOUDSWAARSCHUWINGEN

Codeerinstructies voor Onderdeel 5: Vink alle items aan die in het narratief voorkomen. Aspecten kunnen variëren van een heel klein deel (korte benoeming) tot een heel groot deel (hoofdonderwerp) van het narratief. De gegeven voorbeelden zijn niet volledig. Wees voorzichtig door wél alle items aan te vinken die mogelijk van toepassing zijn, maar niet de items waarbij de verteller non-specifiek naar een trauma verwijst, bijv. ‘het trauma dat ik heb meegemaakt’ of ‘de angstaanjagende gebeurtenissen die ik heb ervaren’.

#	Item	Beschrijving	Antwoord (vink alles aan wat van toepassing is)
37	Mishandeling of seksueel geweld	Directe ervaringen met of getuige zijn van enige vorm van seksuele, lichamelijke of emotionele mishandeling, verwaarlozing, partner of huiselijk geweld of daden van seksueel geweld, waaronder bijv. (poging tot) verkrachting, aanranding, vrouwelijke genitale mutilatie, moderne slavernij, sekshandel, seksuele uitbuiting van kinderen, onderwerping aan pornografie of getuige zijn van seksuele handelingen, onwettig of ongepast in bedwang houden, misbruik van medicatie (bijv. overmatige sedatie), gedwongen eten of ontzeggen van voedsel, gedwongen sociaal isolement (iemand weerhouden van bijv. toegang tot zorgverlening of vrienden zien), pesten, dwang, cyber-pesten, lastig vallen, vernedering, intimidatie, gebruik van dreigementen of verbale mishandeling.	
38	Verlies van leven of gevaar voor het leven	Directe ervaringen met of getuige zijn van bijv. opname op intensive care, sterfgeval, diagnose met een levensbedreigende aandoening, verlies van zwangerschap, natuurramp, ernstig ongeval, (poging tot) zelfdoding, terroristische aanslag, marteling, traumatische geboorte, traumatische beëindiging zwangerschap, gewelddadige dood van een ander, bedreigd worden met een wapen of oorlog/militaire gevechten.	
39	Zelfbeschadiging inclusief eetstoornissen	Directe ervaringen met of getuige zijn van bijv. opzettelijke verwonding of zelfbeschadiging, zelfverwaarlozing, alcohol- of middelenmisbruik of eetstoornis-gerelateerd gedrag.	
40	Geweld of agressie	Directe ervaring met of getuige zijn van bijv. agressieve daden, gevechten of rellen.	

41	Onrechtvaardigheid, vooroordelen en discriminatie	Directe ervaringen met, getuige zijn van of verwijzen naar bijv. haat zaaien, vooroordelen of discriminerende acties, gedrag of besluiten op basis van bijv. kleur, handicap, etnische achtergrond, genderidentiteit, nationaliteit, ras, religie of seksuele voorkeur. Ervaringen kunnen op individueel, interpersoonlijk niveau, organisatorisch en institutioneel niveau zijn (bijv. GGZ of gevangenissen) of op systematisch en structureel niveau (historische, culturele, juridische, politieke of economische systemen).	
----	---	---	--

ONDERDEEL 6: KEERPUNTEN

Codeerinstructies voor Onderdeel 6: Vink ALLEEN aan als verteller het item benoemt als keerpunt, of soortgelijke taal gebruikt bijv. 'na X waren dingen anders, beter of makkelijker'; 'het moment, tijdstip, persoon, boek, situatie, gebeurtenis dat dingen veranderde was X'; 'het besluit om X was de grootste factor'; 'ik realiseerde me na X dat dingen moesten veranderen'. Laat het antwoordveld leeg als het item niet aanwezig is, of aanwezig is, maar niet door verteller wordt benoemd als een keerpunt, oftewel vermijd het scoren van aannames. Laat het antwoordveld leeg als een antwoord geven onmogelijk is, bijv. bij verhalen die op afbeeldingen gebaseerd zijn.

Inhoud van het narratief gerelateerd aan keerpunten, oftewel beslissende factor(en) die verteller van beproeving naar herstel leiden			
#	Item	Beschrijving	Antwoord (vink alles aan wat van toepassing is)
42	Regie nemen	Verandering na regie nemen, bijv. over eigen ziekte, herstelproces, problematisch middelengebruik of over het eigen leven in het algemeen. Kan plotseling en besluitvaardig of juist een langer proces zijn. Kan met accepteren of afwijzen van hulp of behandeling te maken hebben, bijv. beslissen om te starten of te stoppen met medicatie.	
43	Interventies, steun van anderen	Verandering na bijv. toegang krijgen tot behulpzame medicatie, behandeling, groepen of diensten (al dan niet direct gerelateerd aan psychische gezondheid), steun ontvangen van familie of vrienden, geconfronteerd worden met familie of vrienden.	
44	Zelfacceptatie	Verandering na bijv. toename van zelfvertrouwen, groei in zelfbewustzijn, emotionele ontlading, afstand nemen van geïnternaliseerd stigma. Dit kan gebeuren door eigen leren of aan jezelf werken, betrokkenheid bij (steun)groepen, begeleiding of therapie.	
45	Spirituele, existentiële ervaring	Verandering na bijv. een gevoel van betekenis, een doel vinden of gevonden te hebben, het ervaren van een grote verschuiving in perspectief, aansluiten bij een spirituele of religieuze gemeenschap, spirituele praktijken ondernemen, ervaringen met bekering, dromen, positieve visioenen, voor hem of haar gebeden worden, steun van een gids of onderwijzer.	
46	'Ruw wakker geschud worden'	Verandering na een schok of beseffen hoe erg dingen zijn geworden, bijv. opgenomen zijn in een ziekenhuis, verplaatst worden naar een afdeling met langdurige behandeling, negatieve effecten zien op familieleden, de dood van een naaste of een zelfmoordpoging.	
47	Verschuiving in identiteit	Verandering na opnieuw aannemen van de eerder gestigmatiseerde identiteit of het stigma van zichzelf 'afgooien', bijv. op basis van etniciteit, gender, seksualiteit of psychische gezondheidsstatus. Dit kan gebeuren door anderen te vinden met soortgelijke ervaringen, eigen leren, aan jezelf werken of betrokken raken bij activisme.	

ONDERDEEL 7: INHOUD NARRATIEF

Codeerinstructies voor Onderdeel 7: Vink alle onderwerpen aan die een significant onderdeel zijn van het narratief. Reken alleen korte vermeldingen of feitelijke mededelingen niet mee, zoals een korte vermelding over medicatie. Voor onderwerpen die niet als 'Vooral Positief' of 'Vooral Negatief' worden weergegeven (bijv. verteller is neutraal, of heeft in gelijke mate positieve en negatieve ervaringen), vink aan 'Aanwezig'. Elk item moet ofwel leeg zijn (als het onderwerp niet in het narratief voorkomt) of er moet precies één vakje aangekruist zijn.

#	Item	Beschrijving	Aanwezig	Vooral positief	Vooral negatief
48	Zwangerschap, geboorte	Positieve voorbeelden: gewenste zwangerschap, zwangerschap als opwaarts keerpunt. Negatieve voorbeelden: ervaring traumatische zwangerschap of geboorte, ongewenste zwangerschap, abortus, postnatale problemen, moeite met zwanger worden of het kunnen krijgen van kinderen.			
49	Familie	Positieve voorbeelden: emotionele of praktische steun of zorg van familieleden, relaties met familie als bron van geluk of veerkracht. Negatieve voorbeelden: eigen scheiding of die van ouders, uit elkaar gaan, uiteenvallen relatie of aanhoudend conflict, dood of verlies in familie.			
50	In zorg zijn	Positieve of negatieve ervaringen met adoptie, in pleegzorg of niet-ouderlijke zorg.			
51	Opleiding	Positieve voorbeelden: positieve leer-, trainingsmogelijkheden hebben, deelnemen aan zelfstudie of zelfhulp. Negatieve voorbeelden: moeilijkheden op school, schoolweigering, buitengesloten worden, school niet plezierig vinden, verplicht bijwonen van scholing.			
52	Vriendschappen	Positieve voorbeelden: steun van vrienden. Negatieve voorbeelden: uiteenvallen vriendschappen, eenzaamheid, sociaal isolement, overlijden van een dierbare.			
53	Relaties	Positieve voorbeelden: steunende partner, nieuwe relatie die hoop brengt. Negatieve voorbeelden: moeilijkheden of conflict met partner.			
54	Huisvesting	Positieve voorbeelden: een eigen huis hebben, huis is bron van trots of toevluchtsoord. Negatieve voorbeelden: kwetsbaar gehuisvest of dakloos zijn.			

#	Item	Beschrijving	Aanwezig	Vooraf positief	Vooraf negatief
55	Inkomen	Positieve voorbeelden: inkomen bevorderende keuzes, verbetering van inkomen. Negatieve voorbeelden: schulden, financiële moeilijkheden, armoede, ervaring met uitkeringsstelsel.			
56	Werk	Positieve voorbeelden: geeft betekenis en doel, ontwikkelen positieve identiteit. Negatieve voorbeelden: burn-out, werkgerelateerde stress, instabiele baan, werkloosheid, ongewenst met pensioen of ontslag.			
57	Strafrechtelijk systeem	Positieve voorbeelden: gevangenis biedt veiligheid, keerpunt of kansen. Negatieve voorbeelden: gearresteerd zijn, in (jeugd)gevangenis zitten, een familielid in de gevangenis.			
58	Diagnose	Positieve voorbeelden: geeft begrip aan een situatie, is een opluchting, geeft antwoorden of gevoel van hoop. Negatieve voorbeelden: oneens met diagnose, zich gestigmatiseerd voelen, verlies van hoop.			
59	Medicatie	Positieve voorbeelden: voelde zich beter, opluchting, hoop. Negatieve voorbeelden: voelde zich slechter, hielp niet, was onvrijwillig, had ongewenste bijwerkingen.			
60	Zorgrelatie met GGZ-medewerker	Positieve of negatieve ervaringen in zorgrelaties met bijv. medewerker ambulant behandelteam, crisisteam, GGZ verpleegkundige, psychiater, psycholoog, maatschappelijk werker.			
61	Lotgenotencontact	Positieve of negatieve ervaringen met het bieden of ontvangen van individuele of groepssteun van lotgenoten. Kan formeel zijn, bijv. binnen GGZ of herstelacademies, of informeel, bijv. van steungroepen zoals AA, Depressie Vereniging, Steunpunt Stemmen Horen.			
62	Onvrijwillig gebruik van GGZ zorg	Positieve of negatieve ervaringen met bijv. gedwongen opname door rechterlijke macht, gedwongen medicatie, tbs met verplichte ambulante behandeling.			
63	Opnames	Positieve of negatieve ervaringen met vrijwillige of onvrijwillige opname in psychiatrische instelling.			

#	Item	Beschrijving	Aanwezig	Vooraf positief	Vooraf negatief
64	Psychologische hulpverlening	Positieve of negatieve ervaringen met het ontvangen of geven van gesprekstherapieën of begeleiding, bijv. kunst of creatieve therapie, CGT, DGT, groepstherapie, psychotherapie, persoonsgerichte, psychoanalytische, psychodynamische, oplossingsgerichte therapie.			
65	Alternatieve therapieën, heling	Positieve of negatieve ervaringen met bijv. acupunctuur, homeopathie, massage, meditatie, Reiki, traditionele Chinese geneeskunde (TCG).			
66	In een natuurlijke omgeving zijn	Positieve of negatieve ervaringen met de natuurlijke omgeving of buitenactiviteiten, groene therapie.			
67	(Huis)dieren	Positieve of negatieve ervaringen in contact met dieren, waaronder therapie, hulphond of zorg voor huisdier.			
68	Gemeenschapsactiviteiten	Positieve of negatieve ervaringen met deelname aan gemeenschap gebonden groepen of organisaties, al dan niet gerelateerd aan psychische gezondheid.			
69	Hobby's, interesses, creatieve activiteiten	Positieve of negatieve ervaringen met vrijetijdsbesteding, hobby's, recreatieve interesses of creatieve activiteiten, bijv. kunst, knutselen, muziek (luisteren of spelen), optreden, lezen, dansen, schrijven.			
70	Lichamelijke activiteiten	Positieve voorbeelden: fit worden of fit blijven, meedoen aan sport of andere lichamelijke activiteiten. Negatieve voorbeelden: niet kunnen meedoen aan dergelijke activiteiten, deelname leidt tot slechter voelen.			
71	Activisme	Positieve voorbeelden: deelname aan (politieke) of andere activiteiten om verandering te bereiken in een groep, organisatie, zorgverlening of systeem. Negatieve voorbeelden: deelname aan bovenstaande leidt tot bijv. burn-out, overweldigd zijn.			

#	Item	Beschrijving	Aanwezig	Vooraf positief	Vooraf negatief
72	Spirituele of religieuze activiteiten	Positieve voorbeelden: bijwonen van een religieuze of spirituele gemeenschap, groep of gebedshuis, deelnemen aan spirituele activiteiten, bijv. bidden, meditatie, retraites. Negatieve voorbeelden: bovenstaande activiteiten maar dan meer dwangmatig of bijdragend aan psychische stress.			
73	Stigma	Positieve voorbeelden: het afwijzen of overwinnen van stigma of schaamte door psychische problemen of andere redenen, bijv. etniciteit, gender. Negatieve voorbeelden: afkeuring van anderen ervaren, of eigen schaamte door psychische gezondheidsproblemen of andere redenen.			
74	Zorgverantwoordelijkheden	Positief voorbeeld: zorg voor ander geeft een gevoel van trots of betekenisvol te zijn. Negatief voorbeeld: zorg voor ander verslechtert de eigen psychische problemen.			
75	Ervaringen met psychische gezondheidsproblemen in de familie	Positief voorbeeld: psychische problemen van andere gezinsleden leiden tot gedeeld gevoel van begrip. Negatief voorbeeld: psychische problemen van andere familieleden hebben nadelig effect op psychische gezondheid van de verteller.			
76	Eetpatroon, voeding	Positieve of negatieve ervaringen met eetpatroon of voeding worden gelinkt aan verbetering, onderhouden van of verslechteren van de psychische gezondheid van de verteller.			
77	Vrijwilligerswerk	Positieve of negatieve ervaringen met enig onbetaald werk.			