

Bilaga 1 Tidal-modellen

PERSONLIG TRYGGHETSPLAN

Vad kan jag göra för att hjälpa mig själv att känna mig mer trygg och säker?

Vad kan andra människor göra för att hjälpa mig att känna mig mer trygg och säker?

BEDÖMNING AV TILLSYNSBEHOV

Hur jag känner mig:

Hur trygg och säker känner jag mig? (0-10)

Vad hjälper just nu?

Hur stor är risken att jag kommer till skada? (0-10)

Kan jag få hjälp så att jag känner mig tryggare? (0-10)

Vad mer skulle kunna hjälpa?

Hur stor tilltro har jag till mig själv? (personen) (0-10)

Hur stor tilltro har jag till dig? (vårdaren) (0-10)