

Het KOP-model (naar Rijnders, 2022):

KOP	Beschrijving:
K (klachten)	
Zijn het gevolg van	
O (omstandigheden)	
Gecombineerd met:	
P (persoonlijk functioneren)	

Het KOP-model, voorbeeld (naar Rijnders, 2022):

KOP	Beschrijving:
<p style="text-align: center;">K (klachten)</p>	<p style="text-align: center;">Uitputting, spanning, paniekaanvallen, prikkelbaarheid</p>
<p style="text-align: center;">Zijn het gevolg van</p>	
<p style="text-align: center;">O (omstandigheden)</p>	<p style="text-align: center;">Hoge werkdruk, veeleisende leidinggevende, jonge kinderen die 's nachts veel wakker zijn.</p>
<p style="text-align: center;">Gecombineerd met:</p>	
<p style="text-align: center;">P (persoonlijk functioneren)</p>	<p style="text-align: center;">Perfectionisme, alles goed willen doen, niemand tot last willen zijn, geen hulp vragen</p>