

Wat nu...?

Wat denk jij bij een probleem?

Naam.....

Geboortedatum.....

Er komen 10 zinnestelsels over hoe je met problemen om kunt gaan.

Verschillende kinderen hebben verschillende problemen, en verschillende kinderen gaan verschillend om met hun problemen. Het kan niet goed of fout zijn. Het gaat er om wat jij denkt.

Kies gewoon het antwoord dat het beste bij je past.

Zet nooit meer dan 1 kruisje bij een vraag.

1. Ik maak me vaak zorgen
niet waar soms waar vaak waar
2. Als ik een probleem heb, denk ik vaak “Waarom ik?”
niet waar soms waar vaak waar
3. Vervelende dingen kan ik moeilijk vergeten
niet waar soms waar vaak waar
4. Ik maak me geen zorgen over problemen. Ik los ze gewoon op
niet waar soms waar vaak waar
5. Als ik een probleem heb, kan ik niet ophouden er aan te denken
niet waar soms waar vaak waar
6. Als ik iets fout doe, ben ik bang voor wat er gaat gebeuren
niet waar soms waar vaak waar
7. Als ik een probleem heb, denk ik er de hele tijd aan
niet waar soms waar vaak waar
8. Als ik een probleem wil oplossen, ben ik bang dat ik het erger maak
niet waar soms waar vaak waar
9. Als ik een probleem heb, denk ik vaak hoe erg het is
niet waar soms waar vaak waar
10. Als ik niet precies weet wat er aan de hand is, denk ik vaak dat er iets ergs gaat gebeuren
niet waar soms waar vaak waar

Controleer of je overal één kruisje hebt gezet. Dank je wel.