

wat denk jij over wat je voelt??

We willen eerst graag je voornaam weten .....

En je geboortedatum.....

En ben je een jongen of een meisje.....

Op de volgende bladzijde staan 20 korte zinnnetjes. Elk zinnnetje is een uitspraak over dingen die je kunt voelen, dat zijn jouw "gevoelens". Je kan bij elk zinnnetje aankruisen of je vindt dat die uitspraak voor jou klopt, een beetje klopt of niet klopt. Kies het antwoord dat het meeste bij jou past. Het antwoord dat je aankruist kan niet goed of fout zijn, want het gaat er gewoon om wat jij vindt! Bijvoorbeeld het zinnnetje:

"Ik kan soms moeilijk kiezen tussen twee leuke dingen."

Als jij vindt dat jij dat hebt, zet je een kruisje bij "klopt":

klopt	klopt	
niet	beetje	klopt
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Maar als jij vindt dat je dat *niet* hebt, dan zet je natuurlijk een kruisje bij...

klopt	klopt	
niet	beetje	klopt
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

En als jij vindt dat jij een beetje hebt dan.....

klopt	klopt	
niet	beetje	klopt
<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

*Je mag pas beginnen als het gezegd wordt!*

- |  |   |   |                                   |
|--|---|---|-----------------------------------|
| 1. Ik weet soms niet goed hoe ik me voel   | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 2. Ik vind het moeilijk om goed te zeggen hoe ik me voel   | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 3. Ik voel dingen in mijn lichaam die zelfs dokters niet begrijpen                                 | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 4. Ik kan makkelijk uitleggen hoe ik me voel   | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 5. Als ik een probleem heb, wil ik liever uitvinden hoe het zit, dan er alleen maar over vertellen | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 6. Als ik van slag ben, weet ik niet of ik verdrietig, bang of boos ben                            | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 7. Ik ben soms in de war over wat ik voel in mijn lichaam  | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 8. Ik laat liever dingen maar gewoon gebeuren, dan dat ik wil begrijpen waarom ze gebeuren         | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 9. Ik heb gevoelens waarvan ik niet precies weet wat ik voel                                       | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 10. Het is belangrijk om goed te weten wat je voelt  | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |

- |  |   |   |                                   |
|--|---|---|-----------------------------------|
| 11. Ik vind het moeilijk om uit te leggen wat ik voel over andere mensen   | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 12. Andere mensen zeggen dat ik meer moet vertellen over hoe ik me voel  | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 13. Ik weet niet goed wat er zich van binnen in me afspeelt of gebeurt   | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 14. Ik weet vaak niet waarom ik boos ben   | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 15. Ik praat liever met andere mensen over wat zij die dag hebben gedaan, dan over hoe zij zich voelen               | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 16. Ik kijk liever naar grappige televisie programma's dan naar films over problemen van andere mensen               | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 17. Het is voor mij moeilijk om te vertellen hoe ik me echt van binnen voel, zelfs aan mijn beste vriend of vriendin | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 18. Ik kan me heel fijn voelen bij iemand, ook als we stil zijn en niets zeggen                                      | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 19. Als ik nadenk over hoe ik me voel, helpt mij dat als ik mijn problemen op wil lossen                             | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |
| 20. Als je in een film zelf moet bedenken waarom iemand iets doet of iets zegt, is de film veel minder leuk          | klopt<br>niet<br><input type="checkbox"/> | klopt<br>beetje<br><input type="checkbox"/> | klopt<br><input type="checkbox"/> |

*Controleer of je overal 1 kruisje hebt gezet!!*