



## Mens en Gezondheid

# Goed in je vel



### STAP 1 OPDRACHT

Je gaat ontdekken dat iedereen anders omgaat met situaties en emoties.

### STAP 2 VOORBEREIDING

Pak een onderzoeksblad en vul stap 1,2,3 en 4 alvast in.

### STAP 3 HET ONDERZOEK

Nu ga je bezig met het onderzoek.

Bedenk allemaal verschillende situaties en ga in gesprek met elkaar hoe je hier mee omgaat. Bijv. Je hebt ruzie met je beste vriend, je konijn is doodgegaan, je hebt verloren bij de voetbal, je wordt gepest door een klasgenoot etc.

Vul ondertussen op het onderzoeksformulier stap 5 in.

### STAP 4 HET RESULTAAT

Wat is het resultaat?

Speel de verschillende reacties na. Welke reactie is het handigste? Wat heb je van elkaar geleerd?

Vul dit in bij stap 6 op het onderzoeksblad.

### STAP 5 CONCLUSIE

Conclusie

Wat is jullie conclusie? Wat is je opgevallen en wat heb je geleerd?

Wat ga je proberen te veranderen?

Vul dit in bij stap 7 op het onderzoeksblad.

