



Mijn Dagelijks Handelen



Mijn Lichaamsfuncties



Mijn Gevoelens en Gedachten



Mijn Idealen



Mijn Plezier en Geluk



Mijn Sociale Rol



Inzichtkaart

Morgen gezond weer op

1. Lees de zes gebieden en bijbehorende kernwoorden goed door... Neem ze in je op.
2. Bedenk per gebied hoe jij je voelt. Voel je je hier goed over omcirkel dan het groene, lachende gezichtje, voor neutraal kies je het oranje gezichtje, als je je niet goed voelt op dit gebied omcirkel je het rode, droevige gezichtje.
3. Zorg ervoor dat je bij elk gebied een gezichtje hebt gekozen. Als laatste trek je een lijn tussen de omcirkelde gezichtjes.

