Mijn gebruik begrijpen

Afbeelding van middel

Situatie	Gebruik	Gevolgen

Mijn gebruik begrijpen

Afbeelding van middel

Situatie	Wat merkte ik?	Gebruik	Gevolgen

Mijn gebruik begrijpen

Afbeelding van middel

Situatie	Wat merkte ik?	Gebruik	Gevolgen
	In mijn lijf Gevoelens		
	In mijn lijf Gevoelens		
	In mijn lijf Gevoelens		
	In mijn lijf Gevoelens		
	In mijn lijf Gevoelens		
	In mijn lijf Gevoelens		

Mijn gebruik begrijpen

Afbeelding van middel

Situatie	Wat dacht ik?	Wat merkte ik?	Gebruik	Gevolgen
		In mijn lijf Gevoelens		
		In mijn lijf Gevoelens		
		In mijn lijf Gevoelens		
		In mijn lijf Gevoelens		
		In mijn lijf Gevoelens		
		In mijn lijf Gevoelens		

Mijn gebruik begrijpen

Afbeelding van middel

Situatie	Wat dacht ik?	Wat merkte ik?	Gebruik	Gevolgen	
		In mijn lijf Gevoelens		Korte termijn	Lange termijn
		In mijn lijf Gevoelens		Korte termijn	Lange termijn
		In mijn lijf Gevoelens		Korte termijn	Lange termijn
		In mijn lijf Gevoelens		Korte termijn	Lange termijn
		In mijn lijf Gevoelens		Korte termijn	Lange termijn
		In mijn lijf Gevoelens		Korte termijn	Lange termijn