

## Neig je naar agressief gedrag?



### Eerst de negatieve vragen:

	vaak	zelden	nooit
- Pik je in de klas de antwoorden voor de neus weg bij je klasgenoten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Scheld je vaak tegen andere kinderen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Dring je als je in de rij staat?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Schreeuw je tegen klasgenoten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Heb je leedvermaak, spot je, wanneer andere kinderen iets niet lukt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Vloek je, als iets je niet lukt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Maak je „wraak“ overtredingen bij de gymles?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Zijn stompen, schoppen en slaan en krabben gedragingen, die je vaak bij jezelf opmerkt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Beschadig je voorwerpen uit woede, teleurstelling of gewoon voor de lol?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Knal je met de deur, als je boos bent?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Ga je hard praten, als je kritiek hebt op anderen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Val je anderen in de rede, ook als je niets gevraagd wordt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

De vragen mogen alleen dienen om ervoor te zorgen dat je jezelf bezig houdt met je eigen sociale gedrag.

Als je meer dan vijf keer het antwoord „vaak“ hebt aangevinkt, ben je geneigd naar agressief gedrag.



- Wie maakt je over het algemeen snel kwaad?

---

---

---

- In welke situatie, bestaat het gevaar, dat je boos wordt?

---

---

---

- Weet je mogelijkheden je woede of je boosheid op een positieve manier eruit te laten?

---

---

---

- Heb je ideeën, hoe je je woede of je boosheid bij het ontstaan kunt afremmen?

---

---

---

- Wanneer het tot een woede-uitbarsting is gekomen, vindt je dit daarna dan pijnlijk?

---

---

---

- Heb je vroeger, als een klein kind, vaak driftbuien gehad?

---

---

---

- Heb je destijds iets met de woedeaanvallen bereikt?

---

---

---

Vorm werkgroepen en praat over jullie antwoorden.

Blz. 2



### En nu de positieve vragen:

	ja	zelden	nooit
- Kun je je bij een beslissing van de scheidsrechter neerleggen, ook al ben je van mening, dat het een verkeerde beslissing is?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Uit je in normale geluidssterkte kritiek?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Kun je luisteren als anderen hun mening geven?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Kun je bij een teleurstelling je reactie intomen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Kun je je inleven in andere mensen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Houdt je je ongevraagd aan de regels?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Heb je een kalmerend effect hebben op andere mensen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Kun je normaal verder spelen, als een gezelschapsspel niet naar je zin verloopt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Komen de zinnen „Het spijt me“ of „Sorry“ gemakkelijk over je lippen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Kun je goed met anderen samenwerken?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
- Kun je een ruzie sussen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Als je meer dan vijf keer „ja“ hebt aangekruist, mag men aannemen, dat je je gedrag niet alleen goed onder controle hebt, maar dat je ook een goed sociaal gedrag hebt.