

STAPPENPLAN

Ook 'kiezen' is een hele belangrijke vaardigheid. Het helpt je niet alleen bij het leren, maar ook bij bijna alle andere dingen in je leven. Ga maar eens na hoeveel keuzes je per dag maakt.

Stap 1. Bepaal wat je keuze is

Bij een keuze heb je minimaal twee mogelijkheden waar je uit kunt kiezen. Bijvoorbeeld: doe ik mijn best op school of doe ik liever andere dingen?

Stap 2. Bepaal wat de voor- en nadelen zijn van elke keuzemogelijkheid

Voordelen bij 'je best doen': goede cijfers, overgaan, complimentjes, geld voor mijn rapport

Nadelen: het kost tijd, ik kan minder leuke dingen doen

Voordelen van 'andere dingen doen': meer met vrienden, is leuker, meer vrijheid

Nadelen: geen goede cijfers, zittenblijven

Stap 3. Bepaal welk voor- of nadeel *doorslaggevend* is

Bijvoorbeeld voordeel: goede cijfers (je best doen) of is leuker (andere dingen)? Of nadeel: minder leuke dingen doen (je best doen) en zitten blijven (andere dingen).

Stap 4. Bepaal hoe je zal reageren

Hoe je zal reageren hangt af van hoe belangrijk je iets vindt. En hoe stevig je in je schoenen staat. Oftewel hoe bang je bent.

Stap 5. Herzie je keuze

Hoe erg is het om een verkeerde keuze te maken? Je kan altijd een andere keuze maken.

Stap 6. Kijk terug op je keuze

Zelfs als je al een keuze hebt gemaakt, kun je nog een andere keuze maken. Het is wel verstandig om voor je dat doet, eerst te overleggen met iemand die je vertrouwt.

Stap 7. Maak de volgende keer eventueel een betere keuze

