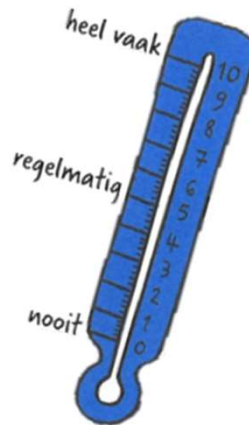


Introductie

Kleur in de thermometer in hoe vaak jij een vol hoofd hebt?

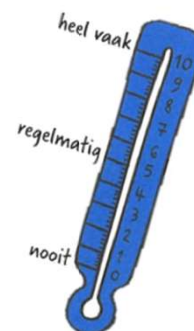


Opdracht:

Weet jij hoe het voelt als je hoofd vol raakt?



Kleur in de thermometer in hoe vaak jij zo iets voelt



Als ik een vol hoofd heb dan...
lukt nadenken niet goed meer

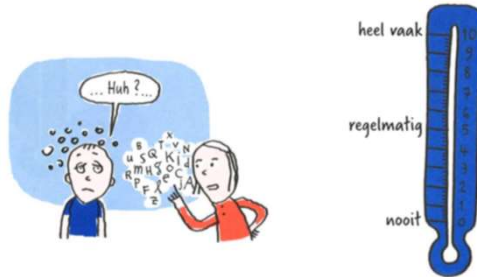


Als ik een vol hoofd heb dan...
wordt opletten moeilijk

Je kunt je aandacht er niet goed meer bijhouden.



Als ik een vol hoofd heb dan...
**begrijp ik niet goed meer wat mensen
 tegen me zeggen.**

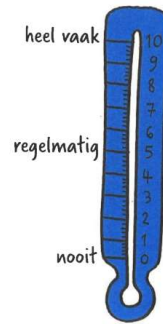


Ik hoor ze wel praten maar begrijp niet meer goed wat ze eigenlijk zeggen. Het gaat langs me heen.

Als ik een vol hoofd heb dan...
**wordt het moeilijker om te begrijpen
 wat ik lees**

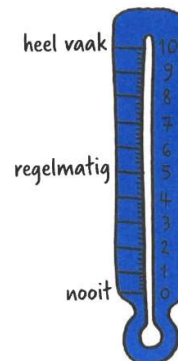


Als ik een vol hoofd heb dan...
voel ik me moe in mijn hoofd

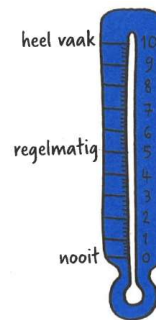


Mijn hoofd voelt zwaarder en ik wil het graag even laten uitrusten.

Als ik een vol hoofd heb dan...
ga ik meer zuchten



Als ik een vol hoofd heb dan...
**voelt mijn hoofd steeds warmer aan
en het wordt rood**



Als ik een vol hoofd heb dan...
**word ik stiller en mijn gezicht wordt
bleek**



Als ik een vol hoofd heb dan...
word ik hongerig

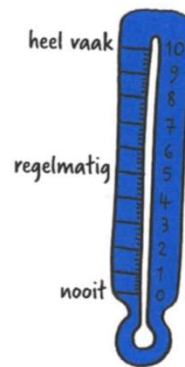
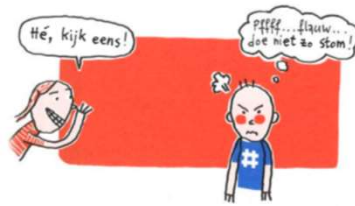


Als ik een vol hoofd heb dan...
word ik wiebelig en ga ik meer friemelen



Als ik een vol hoofd heb dan...

**irriteer ik me sneller en kan ik
niet goed meer tegen een grapje**

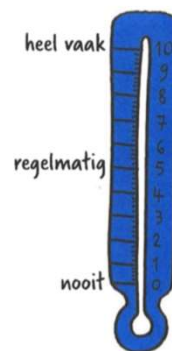


Als ik een vol hoofd heb dan...

**word ik sneller mopperig, zeurderig en boos.
Ik krijg sneller ruzie.**



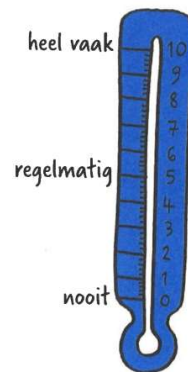
Als ik een vol hoofd heb dan...
**kan ik minder goed uit mijn woorden
 komen**



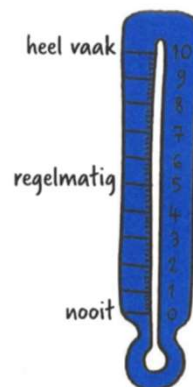
Als ik een vol hoofd heb dan...
**vergeet ik sneller namen,
 woorden of afspraken**



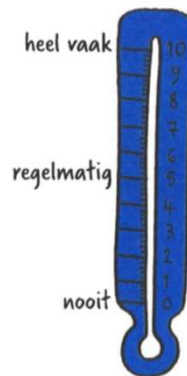
Als ik een vol hoofd heb dan...
**lukt het niet goed meer om oplossingen
 voor problemen te bedenken**



Als ik een vol hoofd heb dan...
huil ik sneller



Als ik een vol hoofd heb dan...
lukt het niet goed meer om te vertellen over wat ik denk en voel



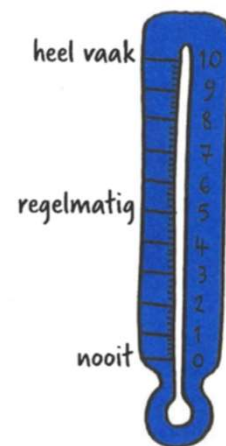
Als ik een vol hoofd heb dan...
ga ik dingen denken als...



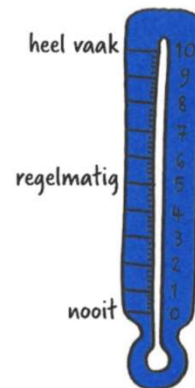
Als ik een vol hoofd heb dan...
krijg ik sneller last van drukte om me heen



Als ik een vol hoofd heb dan...
krijg ik sneller hoofdpijn



Als ik een vol hoofd heb dan...
**lukt inslapen niet goed omdat ik
 het denken niet kan stoppen**



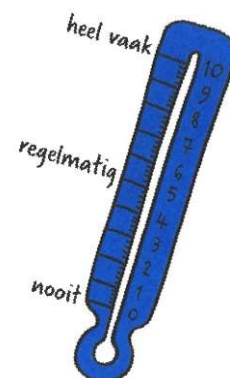
Als ik een vol hoofd heb dan...
**kan ik niet goed meer tegen
 veranderingen**



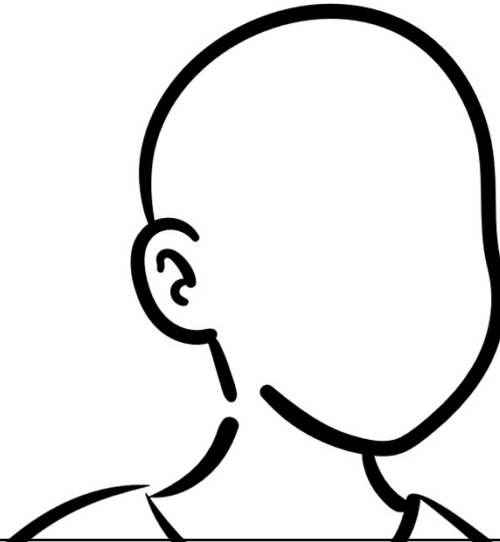
Als ik een vol hoofd heb dan...
**kan ik moeilijk stoppen met waar
 ik mee bezig ben**



Weet jij er nog meer?



Zo ziet mijn hoofd er uit als het rustig is



Zo ziet mijn hoofd er uit als het VOL is

