






Relaties (vrienden en familie)

- Nooit iets over mezelf vertellen  Altijd alles vertellen over mezelf
- Altijd doen wat anderen willen  Altijd doen wat ik wil doen
- Geen energie steken in erbij horen  Heel veel energie steken in erbij horen
- Mezelf altijd terugtrekken  Altijd bij anderen proberen te zijn
- Altijd alles zelf regelen zonder hulp  Altijd alles voor me laten oplossen

Opleiding, werk of daginvulling

- Alles voor me uitschuiven  Alles meteen doen
- Alles half/half doen  Alles perfect doen
- Geen energie in iets steken  Heel veel energie in iets steken
- Alleen dingen leren die ik interessant vind  Alles leren wat moet

Vrije tijd

- Passief zijn, niets ondernemen  Altijd actief zijn
- Alles alleen doen  Alles met anderen doen
- Altijd binnen zijn  Zo veel mogelijk buiten zijn

Gezondheid

- Slecht voor mijn lijf zorgen  Obsessief goed voor mijn lijf zorgen
- Altijd ongezond eten  Altijd gezond moeten eten
- Altijd te weinig slapen  Altijd te lang slapen
- Mijn emoties altijd inhouden  Mijn emoties altijd op een heftige manier uiten