**Werkblad Vertel je het?**

Bepaal of je over je psychische problemen wilt vertellen.

Doorloop de volgende stappen:

1. Stel vast wat de voordelen zijn.
2. Stel vast wat de nadelen zijn.
3. Vergelijk de voor- en nadelen.
4. Maak een keuze.

|  |  |
| --- | --- |
| **Vertel je het?** | |
| **A. Wat zijn de voordelen van het geven van openheid?** | **B. Wat zijn de nadelen van het geven van openheid?** |
| 1. | 1. |
| 2. | 2. |
| 3. | 3. |
| 4. | 4. |
| 5. | 5. |
| 6. | 6. |
| 7. | 7. |
| **C. Vergelijk de voordelen en de nadelen. Welke zijn het belangrijkst voor jou? Rangschik de voordelen en nadelen van het geven van openheid in volgorde van meest belangrijk tot minst belangrijk.** | |
| 1. | |
| 2. | |
| 3. | |
| 4. | |
| 5. | |
| 6. | |
| 7. | |
| **D. Heb je een (voorlopige) keuze kunnen maken? Vertel je het of vertel je het niet? Geef ook aan waarom je deze keuze hebt gemaakt.** | |
|  | |