

**Bijlage I**  
**Formulier gedragsexperimenten**

1. Formuleer de oorspronkelijke, vermoedelijk disfunctionele opvatting en bepaal de geloofwaardigheid.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

2. Formuleer een realistisch en evenwichtig alternatief en bepaal de geloofwaardigheid.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

3. Bedenk een passend gedragsexperiment. Beschrijf zo exact mogelijk hoe het experiment er uitziet (bespreek vooraf eventuele te verwachten moeilijkheden en stel de haalbaarheid van het experiment vast).

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

4. Vraag: stel dat de oorspronkelijke opvatting waar is, hoe zal het experiment dan verlopen? Geef een zo concreet mogelijke beschrijving van, onder andere het eigen gedrag en/of het gedrag van anderen.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

5. Vraag: stel dat de alternatieve opvatting waar is, hoe zal het experiment dan verlopen? Geef een zo concreet mogelijke beschrijving, van onder andere het eigen gedrag en/of het gedrag van anderen.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

6. Voer het experiment uit volgens de afspraken.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

7. Beschrijf concreet hoe het experiment is verlopen (Wie deed wat? Wat gebeurde er? Wat gebeurde er juist niet?).

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

8. Welke conclusies kan ik trekken met betrekking tot de geloofwaardigheid van respectievelijk de oorspronkelijke en alternatieve, realistische opvatting?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

9. Wat heb ik van het experiment geleerd en wat heb ik nog meer nodig om mijn nieuwe opvatting geloofwaardiger te maken?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....