

## A Is de Toolkit Gezond Gamers iets voor jou?

Of de Toolkit Gezond Gamers iets voor jou is, kun je heel gemakkelijk bepalen. Hieronder zie je 10 stellingen. Als je meer dan 5 stellingen met 'ja' kunt beantwoorden, is de Toolkit Gezond Gamers geschikt voor jou. Bespreek de antwoorden met je helper.

---

JA

- 1. Ik besteed veel tijd aan het spelen van games.
  - 2. Ik ben benieuwd naar het aantal uren dat ik games speel.
  - 3. Ik wil graag meer weten over welke plaats gamen heeft in mijn leven.
  - 4. Ik wil zelf bepalen welke plaats gamen in mijn leven inneemt.
  - 5. Ik ervaar wel eens nadelen van het gamen.
  - 6. Ik denk graag na over hoe mijn autisme mijn leven beïnvloedt.
  - 7. Ik vind het prettig, met iemand die ik vertrouw, te praten over mijn dagelijks leven.
  - 8. Als ik dingen opschrijf, helpt me dat.
  - 9. Mijn ouders, familie vinden dat ik het gamen problemen geeft.
  - 10. De komende zes weken wil ik tijd vrijmaken om me te verdiepen in de plaats die het gamen inneemt in mijn leven.
-