

41.3 DRIE GEMOEDSTOESTANDEN

- *Focus.* Je geest kan scherp en doelgericht zijn en in beslag worden genomen door een enkele ervaring of activiteit. Maar je geest kan ook speels en dromerig en ontvankelijk zijn.
- *Oriëntatie.* Je aandacht kan naar buiten zijn gericht, naar de wereld om je heen. Je neemt dan veel informatie op. Je aandacht kan ook naar binnen zijn gericht en meer reflectief van aard zijn, peinzend over wat al is geleerd en op zoek naar verbanden.
- *Sociabiliteit.* Vaak gedraag je je sociaal en wil je je ideeën kwijt, omdat je benieuwd bent hoe anderen ertegenaan kijken. Soms wil je liever alleen werken en zoek je dingen liever alleen uit.

(Claxton, 1997)