**Exposure in vivo**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Situatie** | **Voorspelling** | **Experiment** | **Uitkomst** | **Wat ik heb geleerd** |
| Wachten in de rij bij de supermarkt | Iemand gaat me onverwacht aanraken | Op druk moment ga ik naar de supermarkt en kies bij het betalen voor de langste rij. Ik kijk voor me, maar niet achter me | Eigenlijk viel het me mee. Ik ging wel met heel veel spanning naar de supermarkt maar niemand raakte me onverwacht aan in de rij. Wel stootte er iemand per ongeluk met zijn karretje tegen me aan waar ik wel even van schrok. | Ik wordt niet zomaar betast in de rij bij de supermarkt en als ik per ongeluk wordt aangeraakt dan schrik ik daar even van maar zo erg is dat nou ook weer niet. |