

Is dit een helpende of een
niet-helpende gedachte?

*Elke keer als ik het probeer
word ik beter*

Florens Workshops, 2019

Is dit een helpende of een
niet-helpende gedachte?

*Laat maar zitten! Ik ga dit
toch nooit leren*

Florens Workshops, 2019

Is dit een helpende of een
niet-helpende gedachte?

*Het lukt me niet, dus ik kan
er net zo goed mee stoppen*

Florens Workshops, 2019

Is dit een helpende of een
niet-helpende gedachte?

Ook moeilijke dingen kan ik leren

Florens Workshops, 2019

Is dit een helpende of een
niet-helpende gedachte?

*Ik vind het nog lastig, maar
ik ga het toch proberen!*

Florens Workshops, 2019

Is dit een helpende of een
niet-helpende gedachte?

*Ik heb een fout gemaakt. Ik ga
kijken hoe ik dit op kan lossen*

Florens Workshops, 2019

Is dit een helpende of een
niet-helpende gedachte?

*Ik kan er niks aan doen. Ik ben
nu eenmaal dom geboren*

Florens Workshops, 2019

Is dit een helpende of een
niet-helpende gedachte?

*Als je een fout maakt, betekent
dat dat je dom bent*

Florens Workshops, 2019

Is dit een helpende of een
niet-helpende gedachte?

*Door moeilijke dingen te doen
train ik mijn hersenen*

Florens Workshops, 2019

Waar of niet waar?

*Wanneer iets niet in één keer lukt,
betekent dit dat je dom bent*

Florens Workshops, 2019

Waar of niet waar?

*Hoe slim je bent hangt af van hoe je
geboren bent. Hier kun je niks aan
veranderen*

Florens Workshops, 2019

Waar of niet waar?

*Wanneer je ergens veel fouten bij
maakt, kun je beter opgeven*

Florens Workshops, 2019

Zet de niet-helpende gedachte om
in een helpende gedachte

Dit gaat mij nooit lukken

Florens Workshops, 2019

Zet de niet-helpende gedachte om
in een helpende gedachte

*Ik ga er niet voor leren,
ik kan het toch niet*

Florens Workshops, 2019

Zet de niet-helpende gedachte om
in een helpende gedachte

*Ik ga niet meedoen met het optreden,
straks maak ik een fout*

Florens Workshops, 2019

Zet de niet-helpende gedachte om
in een helpende gedachte

*Ik zal nooit zo goed worden als
de rest*

Florens Workshops, 2019

Zet de niet-helpende gedachte om
in een helpende gedachte

Ik mag geen fouten maken

Florens Workshops, 2019

Waar of niet waar?

*In het begin kan iets nieuws nog
lastig zijn, maar het wordt steeds
makkelijker*

Florens Workshops, 2019

Waar of niet waar?

*Ook beroemde mensen
maken fouten*

Florens Workshops, 2019

Maak de zin af

Ik zou graag meer willen leren over

Florens Workshops, 2019

Maak de zin af

*Wanneer ik ergens hard voor
moet werken en het uiteindelijk
lukt, dan voel ik mij*

Florens Workshops, 2019

Maak de zin af

*Iemand die mij goed kan helpen
wanneer ik iets nog lastig vind, is*

Florens Workshops, 2019

Maak de zin af

*Iets wat ik vroeger lastig vond
maar nu niet meer, is*

Florens Workshops, 2019

Maak de zin af

*Twee dingen die ik kan doen
wanneer ik een fout maak, zijn*

Florens Workshops, 2019

Maak de zin af

Ik ben trots op mijzelf dat ik

Florens Workshops, 2019

Maak de zin af

*Een fout waar ik veel van heb
geleerd is*

Florens Workshops, 2019

Maak de zin af

Ik ben een doorzetter, want ...

Florens Workshops, 2019

Waar of niet waar?

*Zelfs als je opa of oma bent
kan je nog nieuwe dingen leren*

Florens Workshops, 2019

Maak de zin af

*Wanneer iets niet in één keer lukt
is dat niet erg, want*

Florens Workshops, 2019

Maak de zin af

*Ik vind het knap van mijzelf
dat ik*

Florens Workshops, 2019