



Ik kan dit oefenen, stapje voor stapje.

www.redmijnkind.nl



Fouten maken helpt mij leren.

www.redmijnkind.nl



Ik mag trots zijn op mijn best doen.

www.redmijnkind.nl



Even rustig ademen helpt mij kalmeren.

www.redmijnkind.nl



**Ik hoef het niet perfect te doen,
alleen mijn best.**

www.redmijnkind.nl



**Als iets moeilijk is, kan ik het
later opnieuw proberen.**

www.redmijnkind.nl



**Iedereen heeft sterke en
zwakke punten.**

www.redmijnkind.nl



**Ik kan hulp vragen als ik
vastloop.**

www.redmijnkind.nl



Ik word steeds beter, beetje bij beetje.

www.redmijnkind.nl



Ik ben goed zoals ik ben.

www.redmijnkind.nl



Het is oké om boos of verdrietig te zijn, dat gevoel gaat ook weer voorbij.

www.redmijnkind.nl



Ik kan zelf kiezen hoe ik reageer.

www.redmijnkind.nl