



Groeitips!

Omarm uitdagingen

Verander “Ik kan het niet” in “Ik kan het nog niet”

Zie fouten als leermomenten

Vraag om feedback en gebruik het

Blijf nieuwsgierig

Focus op inspanning, niet alleen op resultaat

Vier

vooruitgang

Omring jezelf met positieve en inspirerende mensen

Stel realistische maar ambitieuze doelen

Vervang negatieve zelfspraak door positieve affirmaties