

2

Doe de Gedachte-check

- ★ Is het waar?
- ★ Is het aardig voor mezelf?
- ★ Is het helpend?

2

Doe de Gedachte-check

- ★ Is het waar?
- ★ Is het aardig voor mezelf?
- ★ Is het helpend?

2

Doe de Gedachte-check

- ★ Is het waar?
- ★ Is het aardig voor mezelf?
- ★ Is het helpend?

2

Doe de Gedachte-check

- ★ Is het waar?
- ★ Is het aardig voor mezelf?
- ★ Is het helpend?

2

Doe de Gedachte-check

- ★ Is het waar?
- ★ Is het aardig voor mezelf?
- ★ Is het helpend?

2

Doe de Gedachte-check

- ★ Is het waar?
- ★ Is het aardig voor mezelf?
- ★ Is het helpend?

2

Doe de Gedachte-check

- ★ Is het waar?
- ★ Is het aardig voor mezelf?
- ★ Is het helpend?

2

Doe de Gedachte-check

- ★ Is het waar?
- ★ Is het aardig voor mezelf?
- ★ Is het helpend?

2

Doe de Gedachte-check

- ★ Is het waar?
- ★ Is het aardig voor mezelf?
- ★ Is het helpend?

2

Doe de Gedachte-check

- ★ Is het waar?
- ★ Is het aardig voor mezelf?
- ★ Is het helpend?