

Ändra dina **ORD**

Ändra ditt **TÄNK**

Jag kan inte det... **ÄNNU**

Istället för:
Jag gjorde ett misstag.

Tänk:
Jag lär mig genom mina misstag.

Istället för:
Jag ger upp.

**statiskt
tanke**sätt

**dynamiskt
tanke**sätt

Tänk:
Jag provar en annan strategi som jag har lärt mig.

Istället för:
Jag klarar inte detta.

Tänk:
Jag ber någon om hjälp.
Jag kan inte detta ännu.

Istället för:
Jag ger upp.
Det är för svårt.

Tänk:
Vad är det jag missar?

Istället för:
Detta är bra nog.

Tänk:
Vad kan jag förbättra?
Har jag gjort mitt bästa?

Istället för:
Jag tror att jag kan detta.
Jag är bra på detta.

Tänk:
Jag är på rätt spår.
Jag kan hjälpa en kompis.

