

FORMULIER EVALUTIE STUDENT

Je bent een aantal weken bezig geweest om anders om te gaan met je faalangst gevoelens en gedachten en nieuw gedrag te oefenen. In deze sessie kijk je terug naar wat is veranderd en wat je hebt bereikt. Beantwoord onderstaande vragen en neem deze mee naar je begeleider.

Wat was je doel?

Wat is er veranderd in het omgaan met je faalangst?

Hoe denk je anders?

Hoe voel je je anders?

Hoe doe je anders?

Wat is het effect hiervan op hoe je in je vel zit, je studie en je omgeving?

Wat heeft je het meest geholpen om anders om te gaan met faalangst?
