

Een broodtrommel vol zelfvertrouwen

Om je kind (en jezelf!) weer even te laten stralen!



"Ik kan het toch niet!"

"Dat durf ik echt niet hoor!"

"Dan ziet iedereen me"

Zomaar wat uitspraken die je als ouder vast vaker hebt gehoord bij je kind.

"Je hebt toch goed geoefend, dat gaat je heus wel lukken" of "Trek het je toch niet zo aan" was dan misschien jouw reactie hierop.

Tja en dan werd je kind vervolgens nog boos of verdrietig ook, want wat je zei, was eigenlijk niet wat ze wilde horen.

Zelfvertrouwen. Zo ontzettend belangrijk in het leven van ieder mens.

Toen ik aan mijn eigen kinderen merkte hoe snel ze soms gaan twijfelen aan zichzelf, wist ik dat ik hier iets mee moest gaan doen. Een onaardige opmerking van mij als ouder, in een ondoordacht moment gezegd, zaait al een zaadje ergens in mijn kind dat het misschien niet goed genoeg is. Tel daar een rode streep in het rekenschrift, een negatieve opmerking van een vriendje, een vervelende opmerking van een klasgenootje of een onvoldoende voor een toets bij op en de zaadjes gaan al groeien tot een klein plantje.

Het moment dat ik besepte hoe klein het zaadje maar hoeft te zijn om ergens in het lijfje van mijn kinderen uit te groeien tot te weinig zelfvertrouwen hebben, was het moment dat ik dacht; hier moet ik echt iets mee doen. Er is zoveel wat wij als ouders vanuit onze volwassenwereld bekijken en projecteren op onze kinderen, zonder dat we stilstaan bij hoe het voor hen aankomt, of binnenkomt.



Ik gun ieder kind zelfvertrouwen. Vertrouwen in de eigen kracht en kwaliteiten. Geloven dat je het waard bent om naar anderen toe te stappen en mee te mogen doen. Voelen dat je mag zijn zoals je het allerliefste wilt zijn; je unieke zelf. Ervaren dat je mag leren, in kleine stapjes, maar wel met het doel om vol vertrouwen in jezelf te mogen stralen zoals je bent.

Om hier een kind bij te mogen begeleiden is wat mijn werk zo geweldig maakt! Hier geniet ik het allermeest van; dat een kind weer stralend en vol zelfvertrouwen verder durft te gaan. En dat als het even tegen zou zitten, zowel het kind als de ouders weten wat ze kunnen doen om het vertrouwen in het kind weer terug te herstellen.

Ik ben Linda van Nieuwamerongen. Ik heb me ontwikkeld van een onzeker meisje tot de coach die ik nu ben. Ik ben tien jaar juf geweest in het basisonderwijs en heb sinds 2012 mijn eigen praktijk waar ik kinderen coach en begeleid naar meer zelfvertrouwen.

Ik ben getrouwd en heb drie schatten van kinderen. Ik houd erg van lezen, dansen, meezingen met de muziek (als er niemand thuis is), creatief bezig zijn en 's middags een kopje thee drinken met mijn kinderen als ze uit school komen. Daarnaast houd ik heel erg van het strand, de zee en het kijken naar de zonsondergang.

Wil jij jouw kind ook weer laten stralen of wil je gewoon even een keer samen praten over de mogelijkheden jouw kind meer zelfvertrouwen te geven?

Weet je welkom!

Liefs, Linda



Een broodtrommel vol zelfvertrouwen

Om je kind (en jezelf!) weer even te laten stralen!

Wat leuk dat je je kind wilt gaan verrassen met mijn 'Broodtrommel vol zelfvertrouwen' kaartjes!

Hoe fijn is het voor je kind als ze haar broodtrommel opent en ineens een lief kaartje ziet liggen? Terwijl je kind het kaartje leest, zie je in gedachten een grote glimlach op haar gezicht verschijnen en zie je hoe ze ontspant. Wat fijn dat je haar zo wat kracht en zelfvertrouwen kunt geven!

Die glimlach is inmiddels ook op jouw gezicht verschenen, of heb ik het mis? Want hoe fijn voelt jij je nu, moeder die dit leest, dat je je kind even hebt kunnen laten stralen? Niets opvallends, niets groots, maar juist met dat kleine gebaar van mijn 'broodtrommel vol zelfvertrouwen' heb je je kind en jezelf weer even het vertrouwen gegeven dat je lief voor jezelf mag zijn. Dat je zelfvertrouwen mag hebben en dat je mag stralen. Heerlijk toch?

Een 'broodtrommel vol zelfvertrouwen' is natuurlijk ook heel fijn als je kind een spreekbeurt heeft, een rekentoets of dictee die ze spannend vindt. Even een kleine positieve bevestiging dat het wel gaat lukken.

En ja, natuurlijk mag je het 'broodtrommel vol zelfvertrouwen' kaartje ook in de fruittrommel stoppen als dat handiger uitkomt met die rekentoets of spreekbeurt.

Wie weet vindt jouw kind het wel heel fijn om het kaartje gewoon dicht bij zich te houden. In haar broekzak of etui; er zijn genoeg mogelijkheden om de hele dag herinnerd te worden aan die glimlach en het fijne gevoel van geloven in jezelf.

En zeg nou zelf; zou je het stiekem zelf ook niet fijn vinden om extra herinnerd te worden aan je eigen kracht en je glimlach?

Gewoon een kaartje in je eigen lunchtrommel doen hoor! Niemand die het ziet!

Eet smakelijk!



Je broodtrommel vol zelfvertrouwen!

Kaartjes voor meer zelfvertrouwen en een goed gevoel! Knip onderstaande kaartjes uit en doe ze in de broodtrommel van je kind. Zeker weten dat je kind weer gaat stralen!

Trots op mij!



Praktijk de Tovercirkel

**Ik mag er
zijn!**



Praktijk de Tovercirkel

**Ik kan het
echt wel!**



Praktijk de Tovercirkel

**Ik ben fijn
mezelf
lekker puh!**



Praktijk de Tovercirkel

**Ik mag
stralen!**



Praktijk de Tovercirkel

Ik durf het!



Praktijk de Tovercirkel

**Ik zeg nee
als het nodig
is!**



Praktijk de Tovercirkel

**Ik weet dat
ik het kan!**



Praktijk de Tovercirkel

**Ik geloof in
mezelf!**



Praktijk de Tovercirkel



Zelfvertrouwen in je broodtrommel!

Kaartjes voor meer zelfvertrouwen en een goed gevoel! Knip onderstaande kaartjes uit en doe ze in de broodtrommel van je kind. Zeker weten dat je kind weer gaat stralen!

Ik voel me goed!



Praktijk de Tovercirkel

Ik ben blij met mij!



Praktijk de Tovercirkel

Ik kan dit, let maar eens op!



Praktijk de Tovercirkel

Ik durf "stop hou op!" te zeggen



Praktijk de Tovercirkel

Ik voel me sterk!



Praktijk de Tovercirkel

Ik durf dit, let maar eens op!



Praktijk de Tovercirkel

Ik ben trots op wat ik kan!



Praktijk de Tovercirkel

Ik ben blij met mij!



Praktijk de Tovercirkel

Ik ben een goede vriend!



Praktijk de Tovercirkel



Zelfvertrouwen in je broodtrommel!

Kaartjes voor meer zelfvertrouwen en een goed gevoel! Knip onderstaande kaartjes uit en doe ze in de broodtrommel van je kind. Zeker weten dat je kind weer gaat stralen!

**Ik zeg 'nee'
als het moet!**



Praktijk de Tovercirkel

**Ik ben ook
belangrijk!**



Praktijk de Tovercirkel

**Ik heb goed
geleerd, dus
ik weet het!**



Praktijk de Tovercirkel

Ik ben uniek!



Praktijk de Tovercirkel

**Ik sta als een
stevige boom!**



Praktijk de Tovercirkel

**Ik adem diep
in, wacht 3
tellen en
adem dan
weer uit!**



**Ik ben trots
op wat ik kan!**



Praktijk de Tovercirkel

**Ik ben een
goede
vriendin!**



Praktijk de Tovercirkel

**Ik ben het
waard om te
stralen!**



Praktijk de Tovercirkel



Zelfvertrouwen in je broodtrommel!

Kaartjes voor meer zelfvertrouwen en een goed gevoel! Knip onderstaande kaartjes uit en doe ze in de broodtrommel van je kind. Zeker weten dat je kind weer gaat stralen!

Ik denk me sterk!



Praktijk de Tovercirkel

Ik ben een supergirl!



Praktijk de Tovercirkel

Ik ben een superboy!



Praktijk de Tovercirkel

Ik ben lekker mezelf!



Praktijk de Tovercirkel

Ik maak me groot!



Praktijk de Tovercirkel

Ik ben leuk!



Praktijk de Tovercirkel

Ik ben trots op wie ik ben!



Praktijk de Tovercirkel

Ik vertrouw op mij!



Praktijk de Tovercirkel

Ik hou van mij!












Praktijk de Tovercirkel



Zelfvertrouwen in je broodtrommel!

Lege kaartjes, voor als je zelf iets moois voor je kind op wilt schrijven. Succes gegarandeerd!

 Praktijk de Tovercirkel	 Praktijk de Tovercirkel	 Praktijk de Tovercirkel
 Praktijk de Tovercirkel	 Praktijk de Tovercirkel	 Praktijk de Tovercirkel
 Praktijk de Tovercirkel	 Praktijk de Tovercirkel	 Praktijk de Tovercirkel



Kun je nog meer tips gebruiken om het zelfvertrouwen van je kind te versterken?

Zou je graag meer begeleiding willen krijgen voor je kind?

Of zou je het fijn vinden om je eigen zelfvertrouwen een boost te geven?

Neem dan gerust contact met mij op voor een gratis en vrijblijvend kennismakingsgesprek.

Dan gaan we samen even een kopje thee drinken en bespreken we wat jullie nodig hebben om meer zelfvertrouwen te ontwikkelen in jullie leven.

Gun het je kind en jullie zelf om (weer) te stralen!

Weet je welkom!

Liefs, Linda

