

# Ben je eigen mental stripcoach!

Het zit tegen

## situatie

De karateclub heeft te veel leden. Je wordt niet aangenomen.



De stripoplossing van mental coach Piet voor zichzelf

Piet Gielen 14 februari 2006  
info@rhegie.com

## Gedachten:

Ik mag nooit meedoen.  
Ze vinden me niet leuk.  
Hondenstront.

## Gevoelens:



boos verdrietig

## Handeling:



Ruzie met broer, en gebroken serviesgoed

## Gevolg:

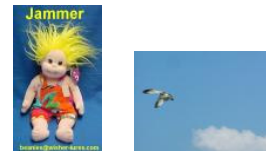


Je spaarpot leeg maken en je moeder betalen voor nieuw serviesgoed.

## Gedachten:

Jammer. Dat valt tegen.  
Ik moet wat anders zoeken

## Gevoelens:



Beetje teleurgesteld  
Wel rustig

## Handeling:



Je gaat naar de judoles.

## Gevolg



Moeder betaalt de judoles.