

Uitdagingen en strategieën

## **Uitdaging**

Wat is jouw uitdaging?

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## **Uitdaging**

Wat is jouw uitdaging?

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## **Uitdaging**

Wat is jouw uitdaging?

Toelichting:

## Uitdaging

Ik vind het moeilijk om afspraken goed te plannen.

Toelichting:

## **Uitdaging**

Ik vind het moeilijk om  
taken goed in te plannen.

Toelichting:

## Uitdaging

Ik vergeet vaak afspraken  
of taken.

Toelichting:

## Uitdaging

Ik heb niet genoeg  
overzicht.

Toelichting:

## Uitdaging

Ik wil graag iets kunnen  
wat ik nog niet kan.

Toelichting:



## **Uitdaging**

Ik wil graag iets op een  
andere manier doen.

Toelichting:

## Uitdaging

Ik wil graag iets stoppen  
of verminderen.

Toelichting:

## **Uitdaging**

Ik wil graag beter contact  
houden met mensen  
om mij heen.

Toelichting:

## **Uitdaging**

Ik vind het vervelend om  
anderen om hulp  
te vragen.

Toelichting:

## Uitdaging

Ik weet niet goed waar ik  
om hulp kan vragen.

Toelichting:

## **Uitdaging**

Ik vind het moeilijk om mij  
te concentreren.

Toelichting:

## **Uitdaging**

Ik raak makkelijk  
overprikkeld.

Toelichting:

## **Uitdaging**

Ik verveel me snel.

Toelichting:



## Uitdaging

Ik wil graag beter worden  
in iets wat ik al kan.

Toelichting:

## **Uitdaging**

Ik wil graag meer tijd  
besteden aan een  
bepaalde activiteit.

Toelichting:

## **Uitdaging**

Ik wil graag minder tijd  
besteden aan een  
bepaalde activiteit.

Toelichting:

## **Uitdaging**

Ik vind een situatie of ding  
spannend.

Toelichting:

## Uitdaging

Ik raak makkelijk iets kwijt.

Toelichting:

## **Uitdaging**

Ik wil graag meer contact met mensen om mij heen.

Toelichting:

## Uitdaging

Ik wil graag dat mensen  
mij beter snappen.

Toelichting:

## **Uitdaging**

Ik wil iets zelf kunnen wat nu voor mij wordt gedaan.

Toelichting:



## **Uitdaging**

Ik wil iets helemaal zelf kunnen waar ik nu nog bij wordt geholpen.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Wat doe jij?

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Wat doe jij?

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Wat doe jij?

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik maak van de uitdaging  
iets leuks.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik combineer de uitdaging  
met iets leuks.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## **Strategie**

Ik beloon mezelf.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## **Strategie**

Ik vraag iemand om hulp  
bij de uitdaging.

Toelichting:



Uitdagingen en strategieën

## **Strategie**

Ik zoek meer informatie  
over de uitdaging op.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik heb een vaardigheid geleerd waardoor de uitdaging makkelijker wordt.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik vraag iemand anders  
om de uitdaging op te  
lossen.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik oefen eerst voordat ik  
de uitdaging oplos.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik zoek even een rustige  
plek op.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik doe iets wat mij afleidt.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## **Strategie**

Ik zorg ervoor dat ik wordt  
geholpen met iets  
herinneren.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik probeer een andere  
manier van doen.

Toelichting:



Uitdagingen en strategieën

## **Strategie**

Wat gebruik jij?

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Wat gebruik jij?

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Wat gebruik jij?

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## **Strategie**

Ik gebruik iets om mij  
af te leiden.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## **Strategie**

Ik gebruik iets om de  
uitdaging voor mij op te  
lossen.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## **Strategie**

Ik gebruik iets wat de  
uitdaging makkelijker  
maakt.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik gebruik herinneringen  
om taken niet te vergeten.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik gebruik iets om de  
uitdaging eerst te oefenen.

Toelichting:



Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik gebruik iets om meer  
over de uitdaging te leren.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik gebruik iets om prikkels  
te verminderen.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik gebruik iets om mij te helpen concentreren.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik gebruik iets om hulp  
mee te vragen.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik gebruik iets om een  
vaardigheid te leren.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik gebruik iets om een  
vaardigheid uit te oefenen.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik gebruik iets om  
activiteiten die me afleiden  
moeilijker te maken.

Toelichting:

Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik gebruik iets om mij  
overzicht te geven.

Toelichting:



Uitdagingen en strategieën

## Strategie

Ik gebruik iets om mijn voortgang bij te houden.

Toelichting:

## Strategie

Ik gebruik iets om in contact te blijven met mensen om mij heen.

Toelichting: