

Mede leerlingen uit je eigen groepje hebben een hoger cijfer voor een toets.	Mijn medeleerlingen zijn slimmer dan ik, daarom hebben zij een hoger cijfer.	Ik kan dit vak gewoon niet, daarom hebben anderen een hoger cijfer.
Je komt niet uit een wiskunde opdracht.	Wiskunde is gewoon een stom vak.	Ik stop ermee, het maakt toch niet uit hoe veel tijd ik in deze wiskunde opdracht steek.
Je hebt een hoog cijfer gehaald.	Ik ben gewoon slim, daardoor heb ik een hoog cijfer.	De toets was blijkbaar makkelijk, gezien mijn hoge cijfer.
Je leest opmerkingen die bij het nakijken of je toets zijn geschreven.	De toets is geweest, dus deze opmerkingen zijn eigenlijk niet zo interessant.	In de opmerkingen is te zien hoe de toets opdrachten wel moeten, blijkbaar heeft de docent de stof eigenlijk niet goed uitgelegd.
Je buur leerling in de klas is steeds sneller klaar met zijn werk voor Nederlands.	Waarom kan ik dit niet sneller, ik wil ook een keer sneller klaar zijn dan een ander.	Hij is alweer klaar en ik nog lang niet. Ik ben gewoon niet gemaakt voor Nederlands.

Uit de oefentoets blijkt dat je nog veel van de stof niet beheerst.	Wat een hoop fouten in de oefentoets, zie je wel ik snap dit vak gewoon niet.	Ik geef op, het lukt me toch niet om de stof te beheersen. Ik heb gewoon geen aanleg voor dit vak.
Je krijgt een compliment van de docent over je inzet.	Hoe weet zij nou hoe hard ik werk.	Ik zou dit liever kunnen met weinig inzet.
Je geeft een fout antwoord op een klassikale vraag van de docent	Iedereen vindt me dom nu, na zo'n antwoord.	Ik ga niet meer voor de klas antwoorden geven.
Je moet een presentatie geven voor de klas.	Ik ben geen goede spreker, ik meld me ziek.	Oei ik voel me heel zenuwachtig, ik weet niet of ik uit mijn woorden kan komen.
Een samenwerkingsopdracht dreigt de mist in te lopen.	Zij houden zich niet aan de afspraken. Ik maak het wel alleen af.	Ze snappen me niet, ik kan de opdracht beter alleen doen.

Een werkstuk maken over een moeilijk onderwerp.	Als dit werkstuk niet lukt dan is dat een bewijs dat ik niet goed genoeg ben.	Wat een stom onderwerp voor een werkstuk, ik snap hier niets van en zo ga ik het ook niet beter begrijpen.
De start van een nieuw hoofdstuk.	Dat nieuwe onderwerp ziet er lastig uit, ik denk niet dat dit gaat lukken.	Ik snapte al niets van het voorgaande hoofdstuk laat staan dat dit nieuwe dan gaat lukken.
Een onverwachte overhoring	Ik heb niet geleerd, dus deze overhoring wordt helemaal niets.	Het cijfer voor deze overhoring laat vast zien wat ik allemaal niet kan.

Blijkbaar heb ik niet genoeg gedaan voor deze toets en de anderen wel.	Ik ga eerst de toets een keer doornemen met mijn groepje en daarna de leerstof nog een keer oefenen.
Ik ga wiskunde uitleg vragen aan mijn broer.	Ik probeer deze moeilijke opdracht gewoon nog een keer van voor af aan.
Fijn dit cijfer, ik heb hier heb echt mijn best voor gedaan.	Mijn nieuwe aanpak heeft geholpen, ik heb een mooi cijfer, dat moet ik vaker doen.
Als ik de volgende keer rekening houd met deze opmerkingen gaat het vast beter.	In de opmerkingen kan ik zien waarom iets fout is en snap ik het beter.
Ik ga vragen wat zijn aanpak is om zo snel klaar te zijn, misschien kan ik dat ook leren.	Hij is wel snel klaar maar snapt hij de stof ook echt?

Oke, na deze oefentoets weet ik wat ik wel en niet kan.	Als ik meer tijd in het begrijpen van de lesstof steek lukt het vast om een oefentoets te maken met minder fouten.
Inzet is niet zo boeiend, je moet gewoon een beetje geluk hebben.	Fijn dat zij ziet dat ik er hard voor werk, misschien kan ik feedback vragen op mijn werk.
Oei, ik zat er naast, blijkbaar heb ik meer uitleg nodig.	Fijn dat de docent uitleg gaf na mijn foute antwoord, nu weet ik tenminste hoe het wel moet.
Ik ga eerst een overzicht maken van wat ik wil vertellen, daarna maak ik daar een presentatie bij in steekwoorden. Dan moet het vast wel lukken.	Ik vind het wel spannend. Ik ga denk ik thuis drie keer oefenen, een keer voor mezelf, een keer voor mijn zusje en een keer voor mijn vader.
Als ik eerst luister naar de anderen misschien luisteren ze dan ook naar mij en begrijpen we elkaar beter.	Ik stel een time out voor om te bespreken hoe het nu gaat, zodat we de gemaakte afspraken mogelijk kunnen aanpassen.

Ik ga eerst kijken wat ik wel kan, ik houd bij waar ik vragen over heb en dan vraag ik mijn vriend om me verder te helpen. Dan kan ik daarna alles bij elkaar voegen tot een werkstuk.	Laat ik het toch maar proberen een begin te maken met het werkstuk met wat ik wel kan. Als ik vast loop zie ik wel verder waar ik hulp kan vinden.
Oke, dit is nieuwe stof, laat ik eerst naar de uitleg luisteren en dan kijken of ik uit de opdrachten kom.	Laat ik eerst de voorkennis opdrachten maken, dan kom ik een beetje in de stof, dan lees ik daarna de nieuwe theorie en probeer ik het gewoon.
Laat ik bij deze overhoring eerst de opdrachten uitzoeken waar ik wel wat van weet.	Ik probeer deze overhoring gewoon te maken. Ik zie wel hoever ik kom. Dan weet ik daarna waar ik nog aan moet werken.