**Tips bij faalangst/black-outs**

1. Help jezelf door positief te denken!
2. Kijk of iemand je kan helpen, praat erover met familie en vrienden.
3. Begin met de stof/vraag die je al weet, zo kom je in een positieve flow.
4. Blijf voldoende bewegen!
5. Begin op tijd met leren en kijk (samen met je docent) welke manier van leren het best bij jou past.

<https://www.youtube.com/watch?v=4zdcafYeGrs>

<https://www.youtube.com/watch?v=KUWn_TJTrnU>