



DESIGN *for*
CHANGE

ONE CARD A DAY

100 WAYS TO SAY I CAN

PRINTABLE AFFIRMATION DECK
FOR CHILDREN

100 cách để nói TÔI CÓ THỂ



Tôi có thể là phiên bản tốt nhất của chính mình



I CAN BE ENOUGH



Tôi có thể "đủ đây"



I CAN GET BETTER
EVERY SINGLE DAY

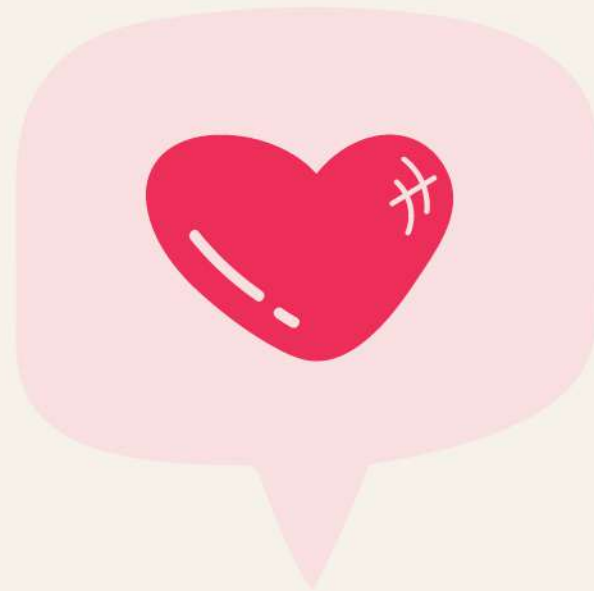


Tôi có thể trở nên tốt hơn mỗi ngày

I CAN SOLVE ALL MY PROBLEMS



Tôi có thể giải quyết tất các vấn đề của tôi



I CAN BE AN
AMAZING PERSON

Tôi có thể trở thành một người tuyệt vời



DESIGN *for*
CHANGE

I CAN BE A LEADER TODAY AND EVERYDAY

Tôi có thể là một người
lãnh đạo của hôm nay
và ngày mai





I CAN FORGIVE MYSELF FOR MY MISTAKES



Tôi có thể tha thứ
cho những lần sai lầm
của chính mình



I CAN GROW THROUGH MY CHALLENGES

Tôi có thể trưởng thành trong những thử thách của mình

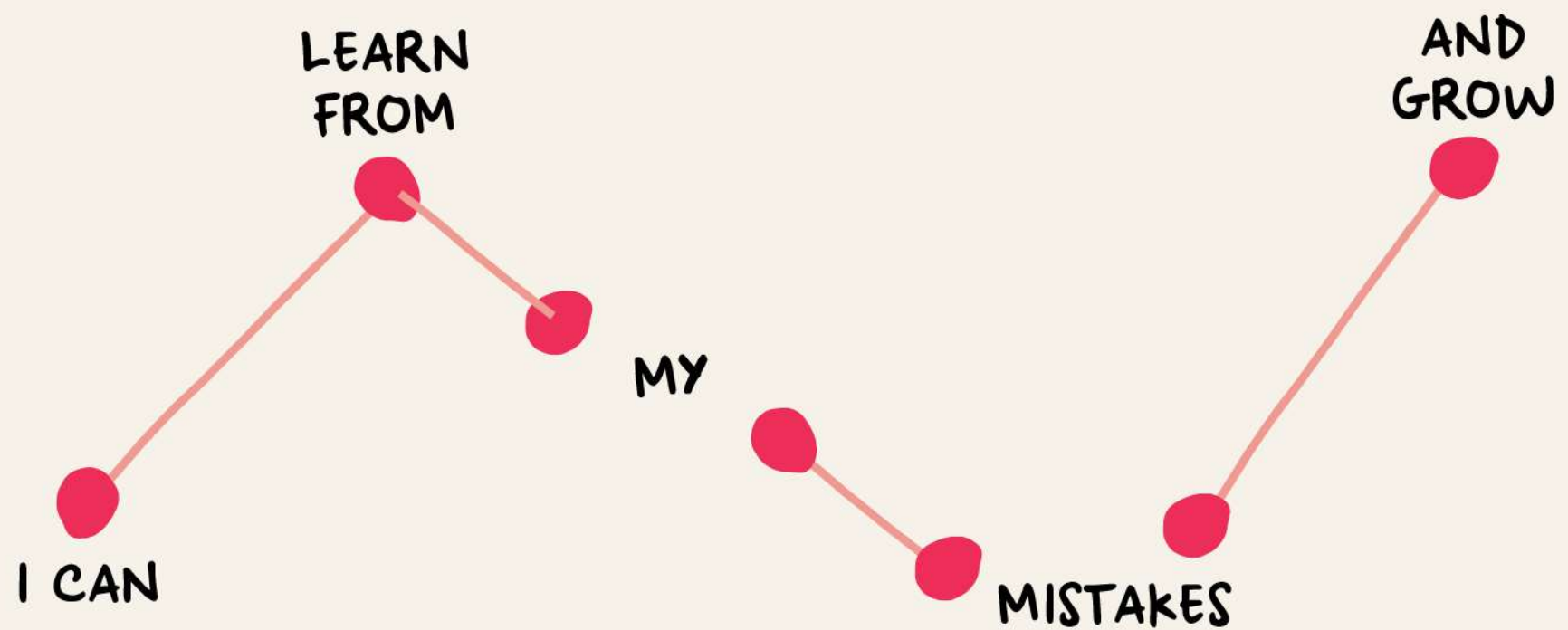




I CAN
BE PERFECT JUST
THE WAY I AM



Tôi có thể hoàn hảo theo cách của mình



Tôi có thể học hỏi từ những
lỗi lầm của mình và trưởng thành



I CAN HAVE A GREAT DAY

Tôi có thể có một ngày tuyệt vời

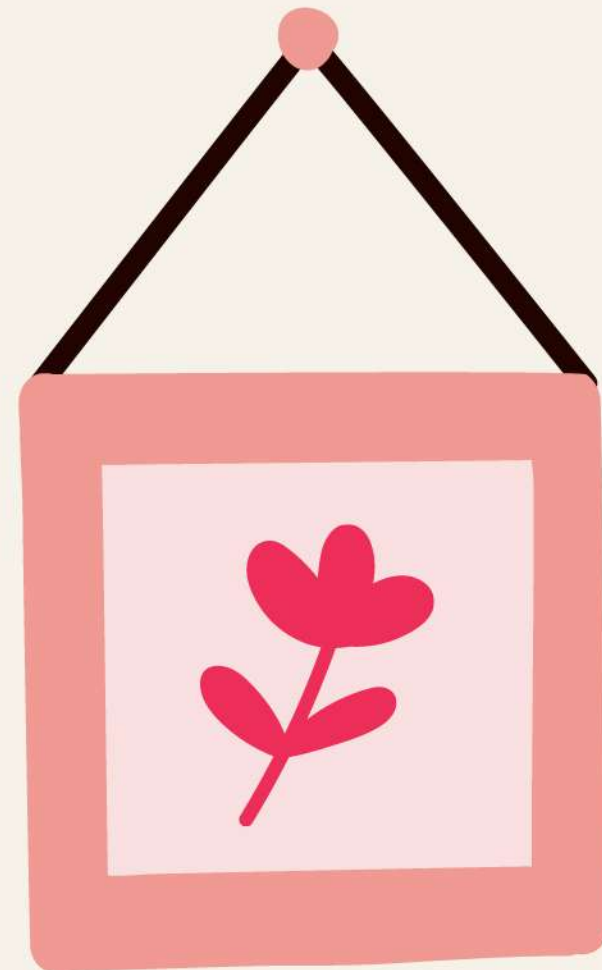


DESIGN *for*
CHANGE

I CAN CONTROL MY OWN HAPPINESS

Tôi có thể kiểm soát
hạnh phúc của chính mình





Tôi có thể có đầy can đảm và tự tin

A stylized illustration of two hands holding each other. The hand on the left is pink and belongs to a person with a white face and orange hair. The hand on the right is light pink and belongs to a person with a white face and black hair. The background is a mix of red and pink abstract shapes.

**I CAN HAVE
PEOPLE WHO
LOVE AND
RESPECT ME**

Tôi có thể có những người bạn,
người thân bên cạnh và tôn trọng mình.



I CAN STAND UP FOR WHAT I BELIEVE IN

Tôi có thể ủng hộ những gì tôi tin tưởng

I CAN BELIEVE IN MY



Tôi có thể tin tưởng vào mục tiêu, mong muốn và ước mơ của tôi



I CAN NOT KNOW
SOMETHING AND
THAT IS OKAY

Tôi có thể không biết một vài thứ và điều đó vẫn ổn

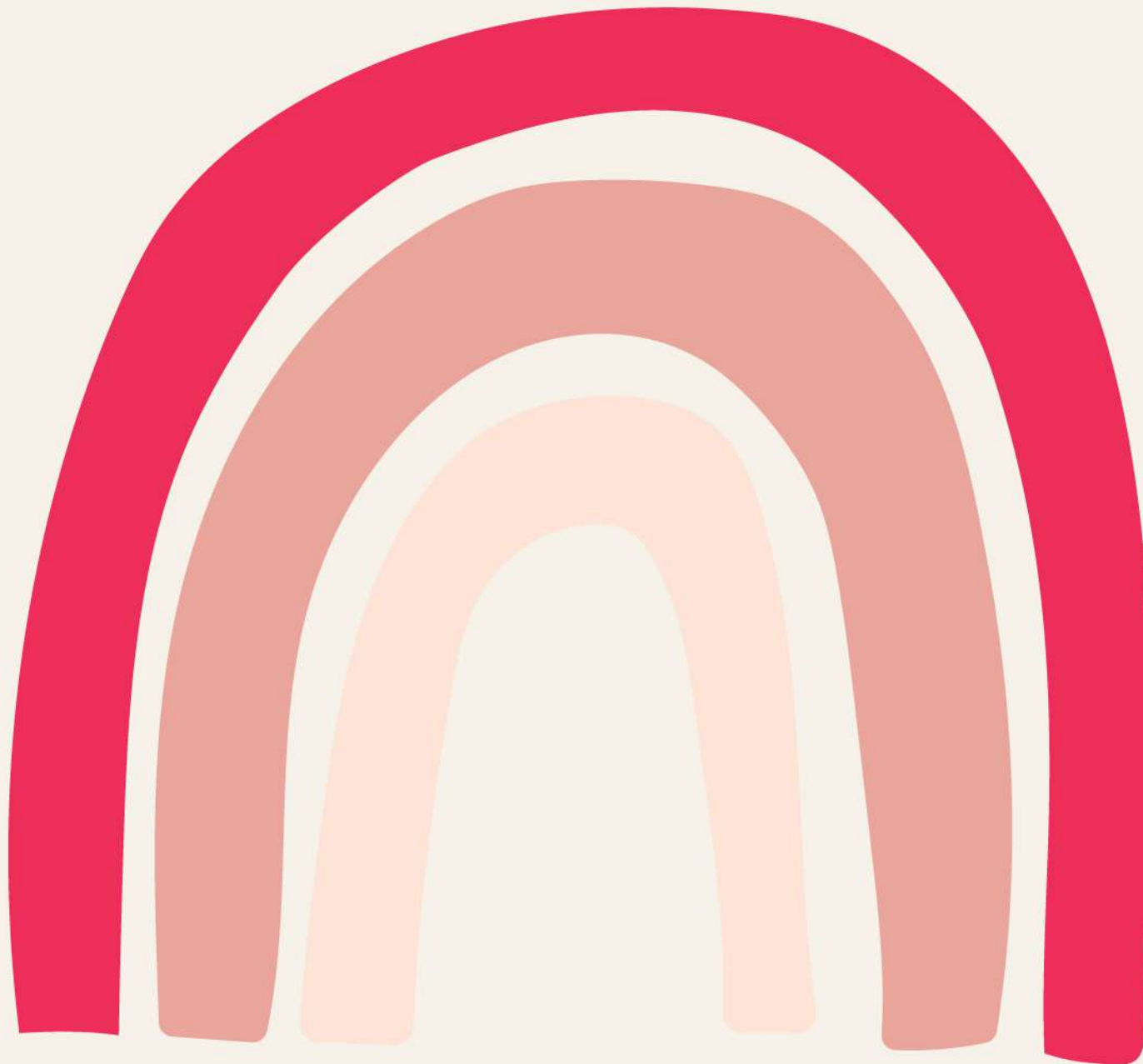


I CAN CHOOSE



TO THINK POSITIVE TODAY

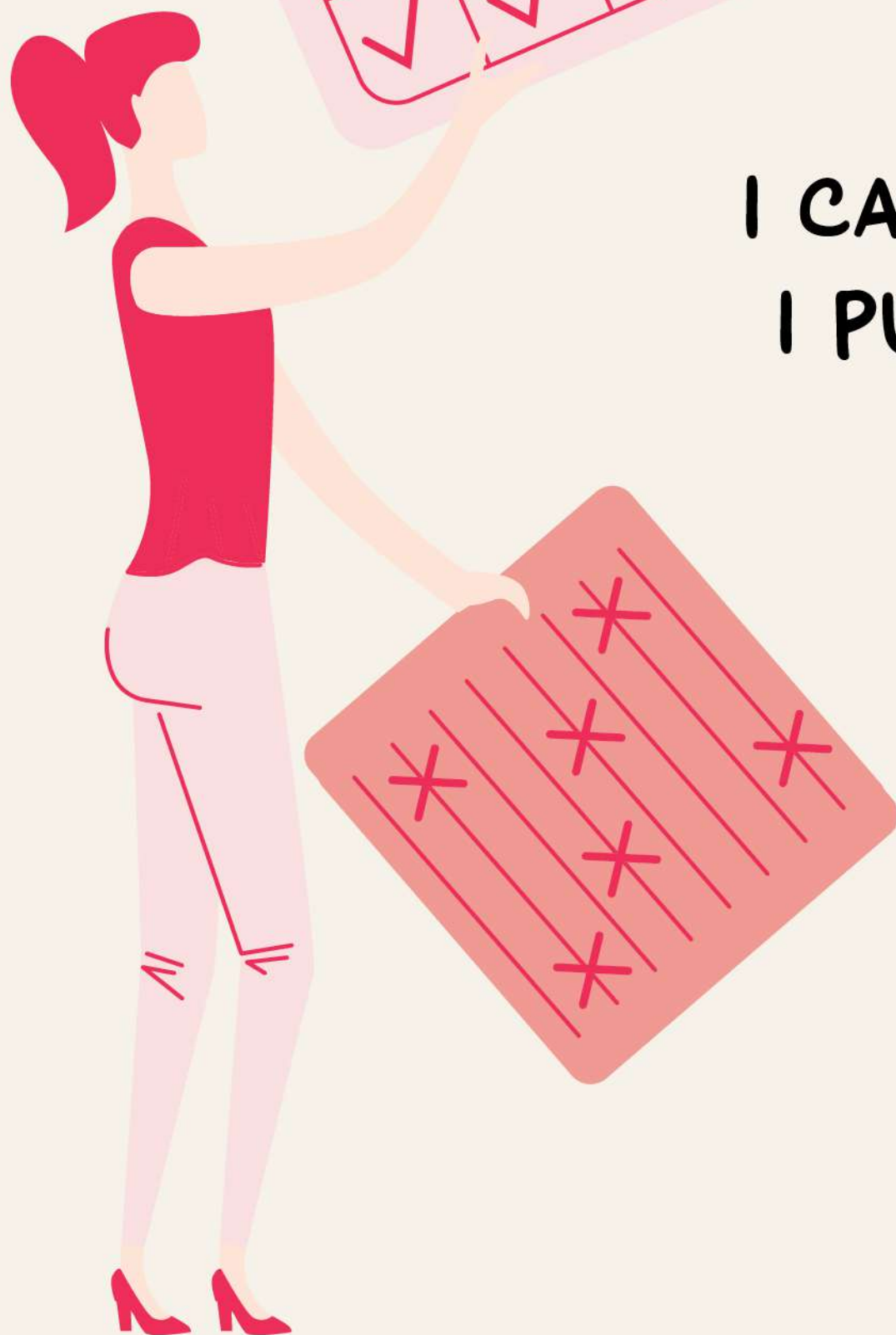
Tôi có thể chọn suy nghĩ tích cực cho ngày hôm nay



I CAN
GET

THROUGH
ANYTHING

Tôi có thể vượt qua mọi thứ



I CAN DO ANYTHING
I PUT MY MIND TO

Tôi có thể làm mọi thứ,
tôi tập trung vào điều đó



I CAN MAKE MY OWN CHOICES

I CAN MAKE MY OWN CHOICES

I CAN MAKE MY OWN CHOICES

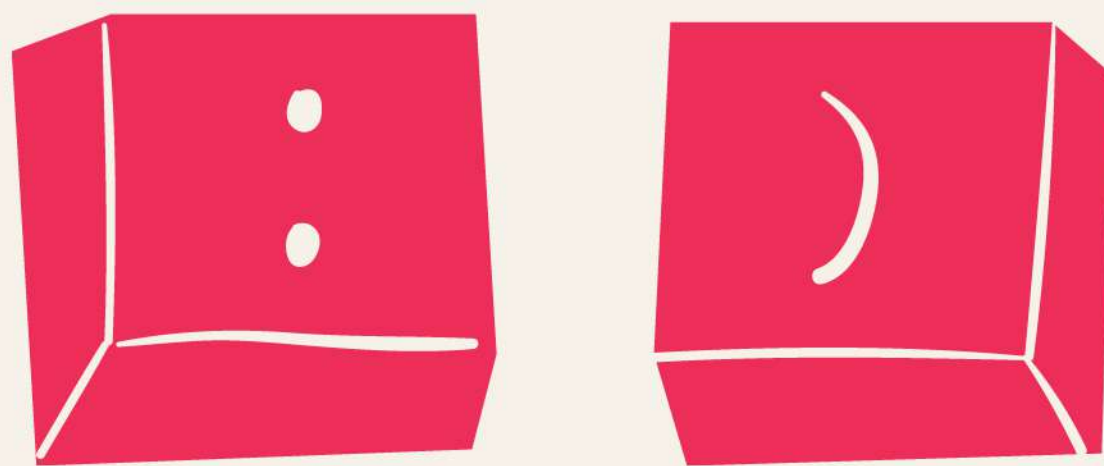
I CAN MAKE MY OWN CHOICES

I CAN MAKE MY OWN CHOICES

I CAN MAKE MY OWN CHOICES

I CAN MAKE MY OWN CHOICES

Tôi có thể đưa ra lựa chọn của riêng mình



I CAN DO BETTER
NEXT TIME

Tôi có thể làm tốt hơn vào lần sau



Tôi có thể có mọi thứ tôi cần ngay lúc này



I CAN BE CAPABLE OF SO MUCH
I CAN BE CAPABLE OF SO MUCH

Tôi có thể có nhiều khả năng



I CAN BELIEVE THAT EVERYTHING WILL BE OKAY



Tôi có thể tin mọi thứ sẽ ổn



I CAN



Tôi có thể tin vào chính mình



DESIGN *for*
CHANGE

**I CAN BE PROUD
OF MYSELF**

Tôi có thể tự hào về chính mình



**I CAN AND WILL
BE HAPPY**

Tôi có thể và sẽ hạnh phúc



I CAN BE LOVED

Tôi có thể yêu thương



I CAN TAKE CARE OF MYSELF

Tôi có thể tự
chăm sóc bản thân





I CAN CHOOSE
BETWEEN
RIGHT AND
WRONG

Tôi có thể lựa chọn giữa đúng và sai



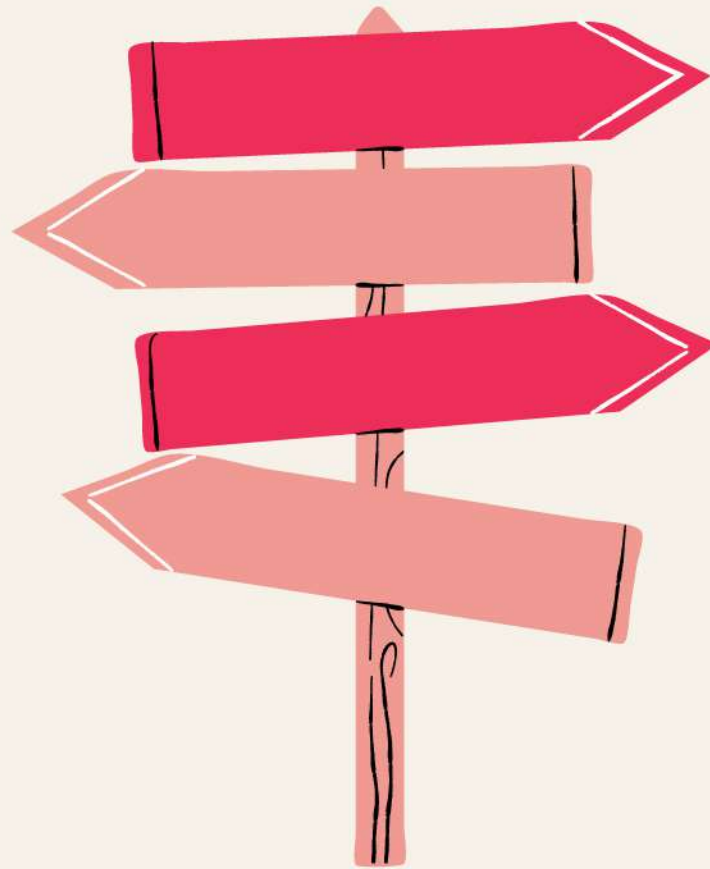
Tôi có thể làm điều khác biệt



I CAN TAKE CHARGE OF MY LIFE



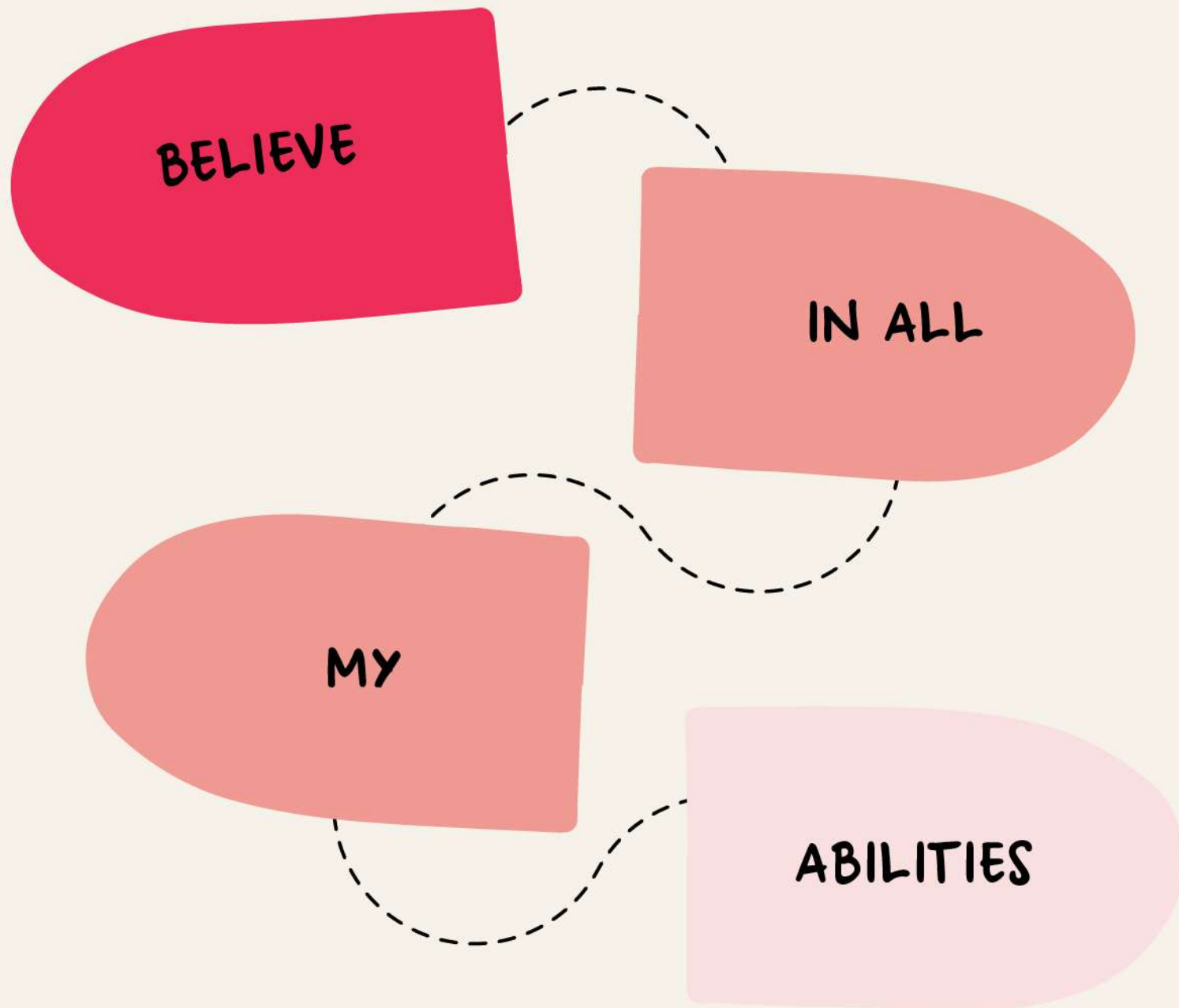
Tôi có thể chịu trách nhiệm
về cuộc sống của tôi



**I CAN MAKE MY
DREAMS COME TRUE**

Tôi có thể thực hiện ước mơ của tôi thành hiện thực

I CAN



Tôi có thể tin vào tất cả các khả năng của mình



DESIGN *for*
CHANGE

I CAN SEE GOOD THINGS COMING MY WAY
I CAN SEE GOOD THINGS COMING MY WAY
I CAN SEE GOOD THINGS COMING MY WAY
I CAN SEE GOOD THINGS COMING MY WAY
I CAN SEE GOOD THINGS COMING MY WAY
I CAN SEE GOOD THINGS COMING MY WAY
I CAN SEE GOOD THINGS COMING MY WAY
I CAN SEE GOOD THINGS COMING MY WAY
I CAN SEE GOOD THINGS COMING MY WAY

Tôi có thể thấy những điều
tốt đẹp đang đến với tôi

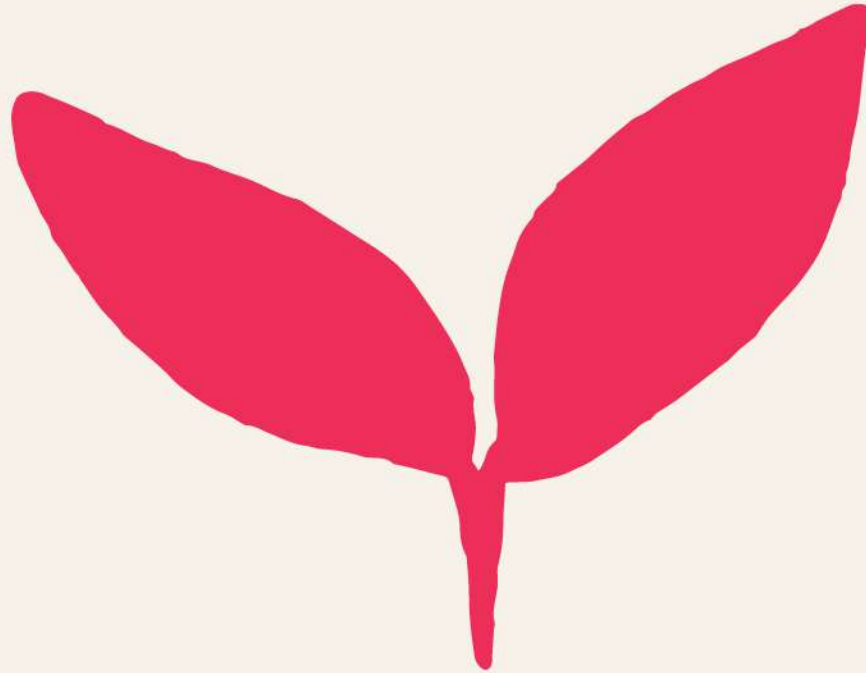


I CAN

VOICE

MY
OPINION

Tôi có thể nói lên ý kiến của mình



I CAN FLOURISH
WHEN I STEP
OUTSIDE OF MY
COMFORT ZONE

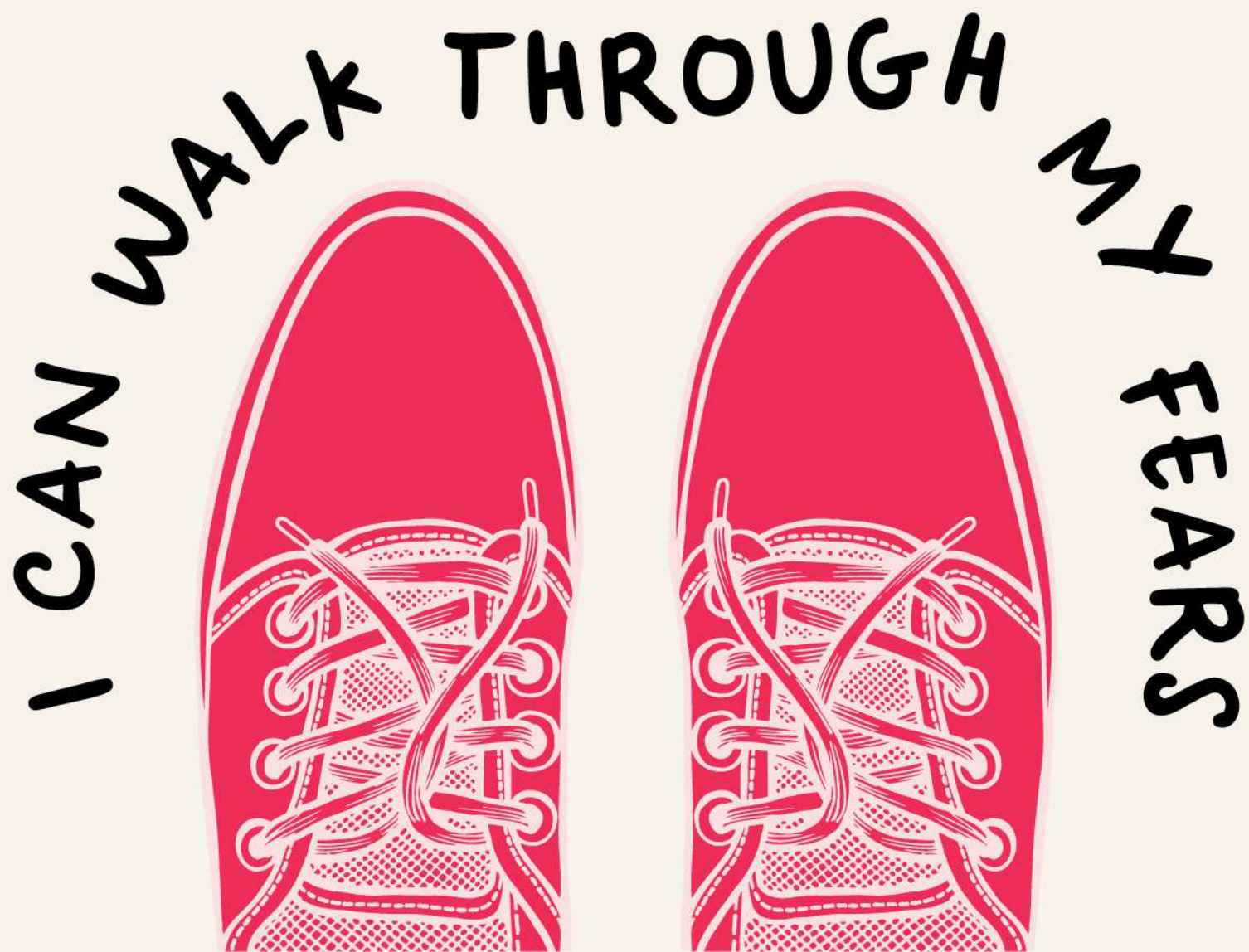
Tôi có thể phát triển khi bước ra vùng an toàn của mình



I CAN CREATE POSITIVITY



Tôi có thể tạo ra sự tích cực



Tôi có thể vượt qua nỗi sợ hãi của mình



I CAN BE OPENMINDED



Tôi có thể cởi mở



I CAN START
FRESH EVERYDAY

Tôi có thể bắt đầu bằng sự mới mẻ mỗi ngày

I CAN *FALL* AND GET BACK *UP* AGAIN



Tôi có thể thất bại và đứng dậy trở lại



I CAN BE WHOLE BY MYSELF

I CAN BE WHOLE BY MYSELF

I CAN BE WHOLE BY MYSELF



Tôi có thể tự làm một mình



I CAN

ONLY

COMPARE

MYSELF

TO

MYSELF

Tôi có thể "Chỉ so sánh bản thân với chính mình"



I CAN
DO
ANYTHING

Tôi có thể làm mọi thứ



I CAN GIVE MY BEST AND NOT WORRY ABOUT THE REST

Tôi có thể cố gắng hết sức mình và
không phải lo lắng về mọi việc còn lại



Tôi có thể trở thành bất cứ thứ gì tôi muốn



I CAN HAPPILY ACCEPT WHO I AM

Tôi có thể vui vẻ chấp nhận
con người của mình



I CAN MAKE TODAY A WONDERFUL DAY

I CAN MAKE TODAY A WONDERFUL DAY

I CAN MAKE TODAY A WONDERFUL DAY

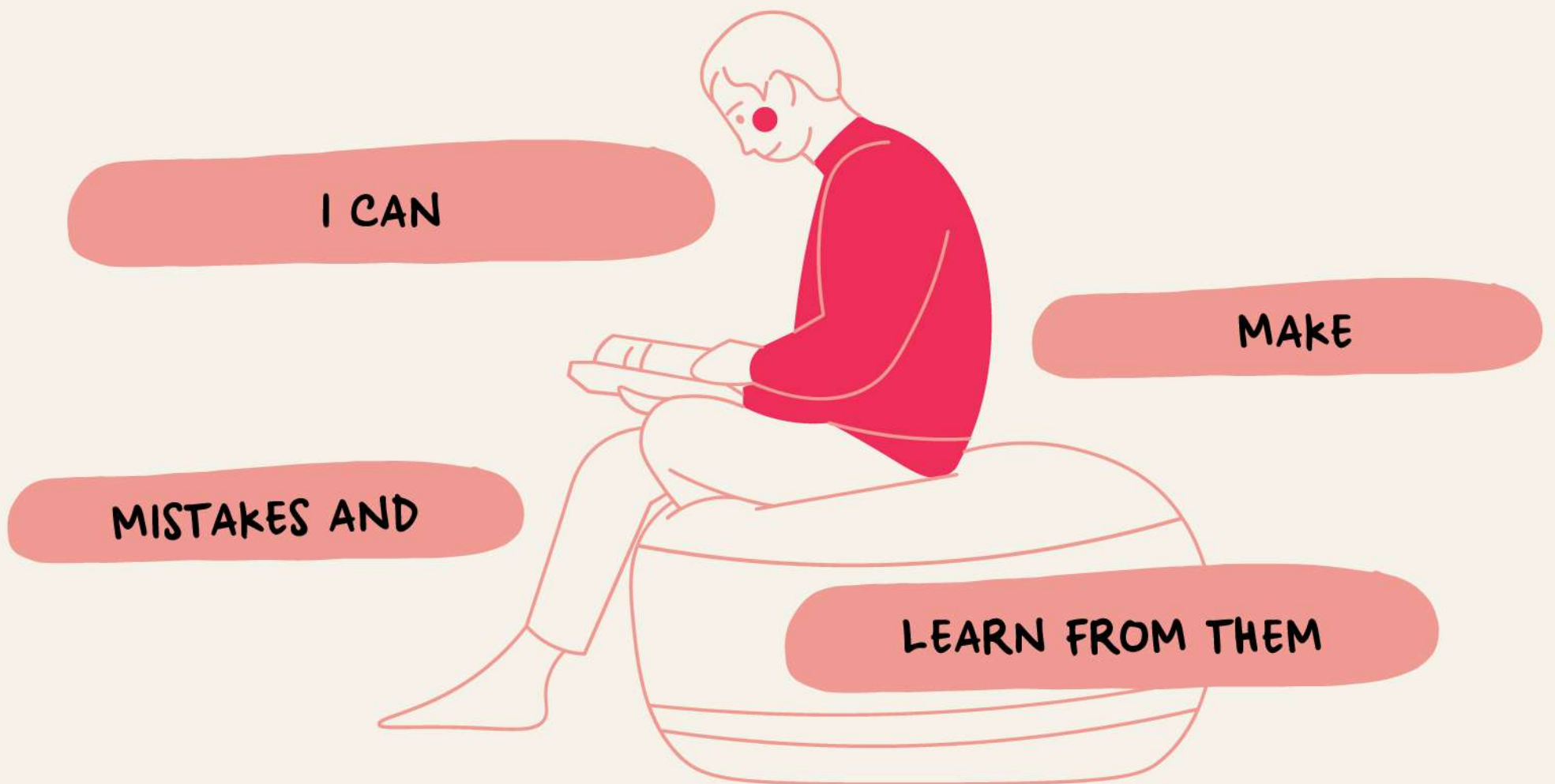
I CAN MAKE TODAY A WONDERFUL DAY

I CAN MAKE TODAY A WONDERFUL DAY

I CAN MAKE TODAY A WONDERFUL DAY

I CAN MAKE TODAY A WONDERFUL DAY

Tôi có thể làm cho ngày hôm nay trở nên tuyệt vời



Tôi có thể mắc một lỗi lầm và học hỏi được từ điều đó



I CAN MAKE THE RIGHT CHOICE

Tôi có thể lựa chọn đúng



I CAN SURROUND MYSELF WITH POSITIVE PEOPLE

Tôi có thể được bao quanh
với những người tích cực



I CAN

MAKE MY DECISIONS

AND OWN UP THEM

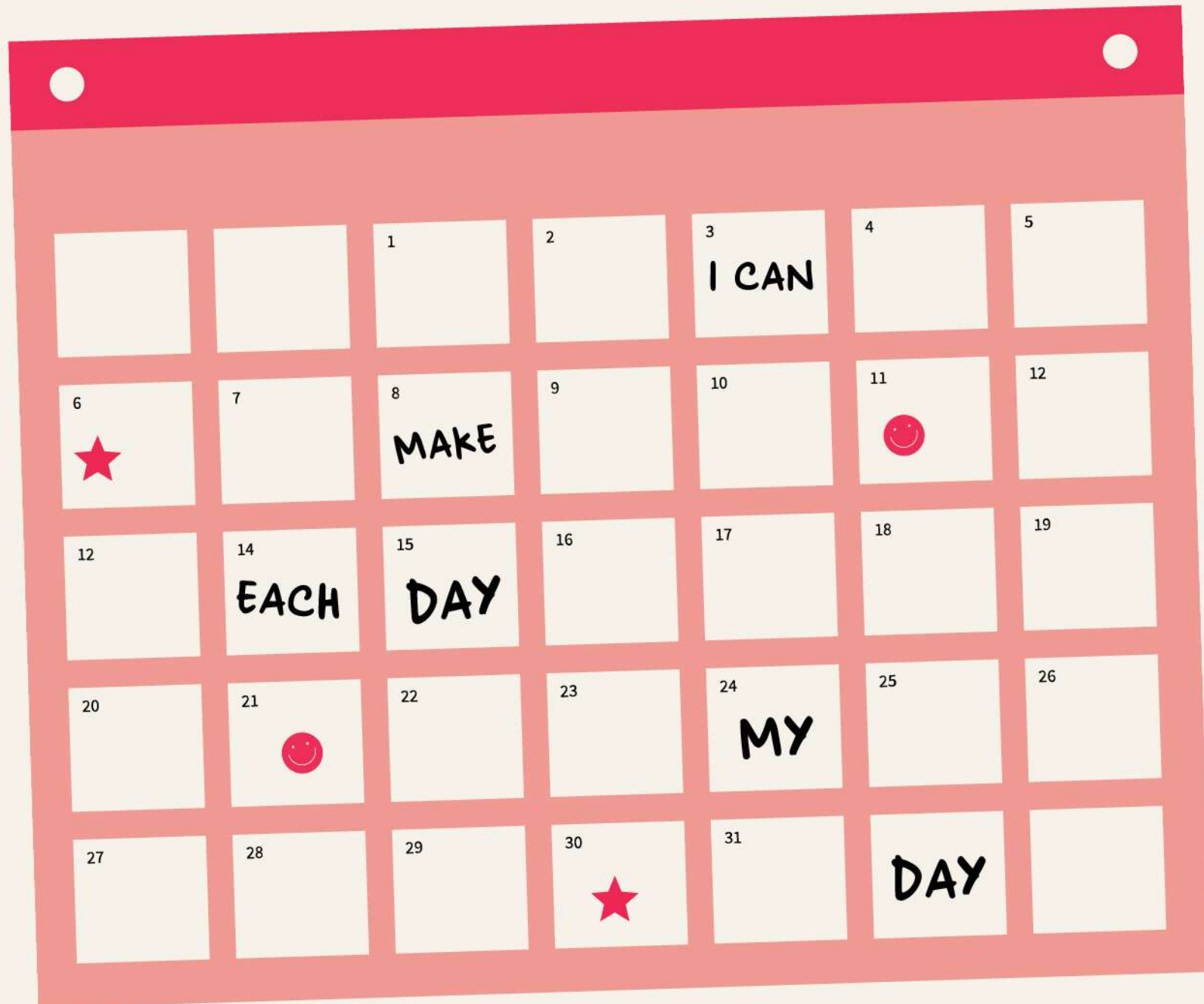
Tôi có thể đưa ra một quyết định và làm chủ chúng



I CAN BE DETERMINED

Tôi có thể quyết tâm





Tôi có thể biến mỗi ngày trở thành ngày của chính mình

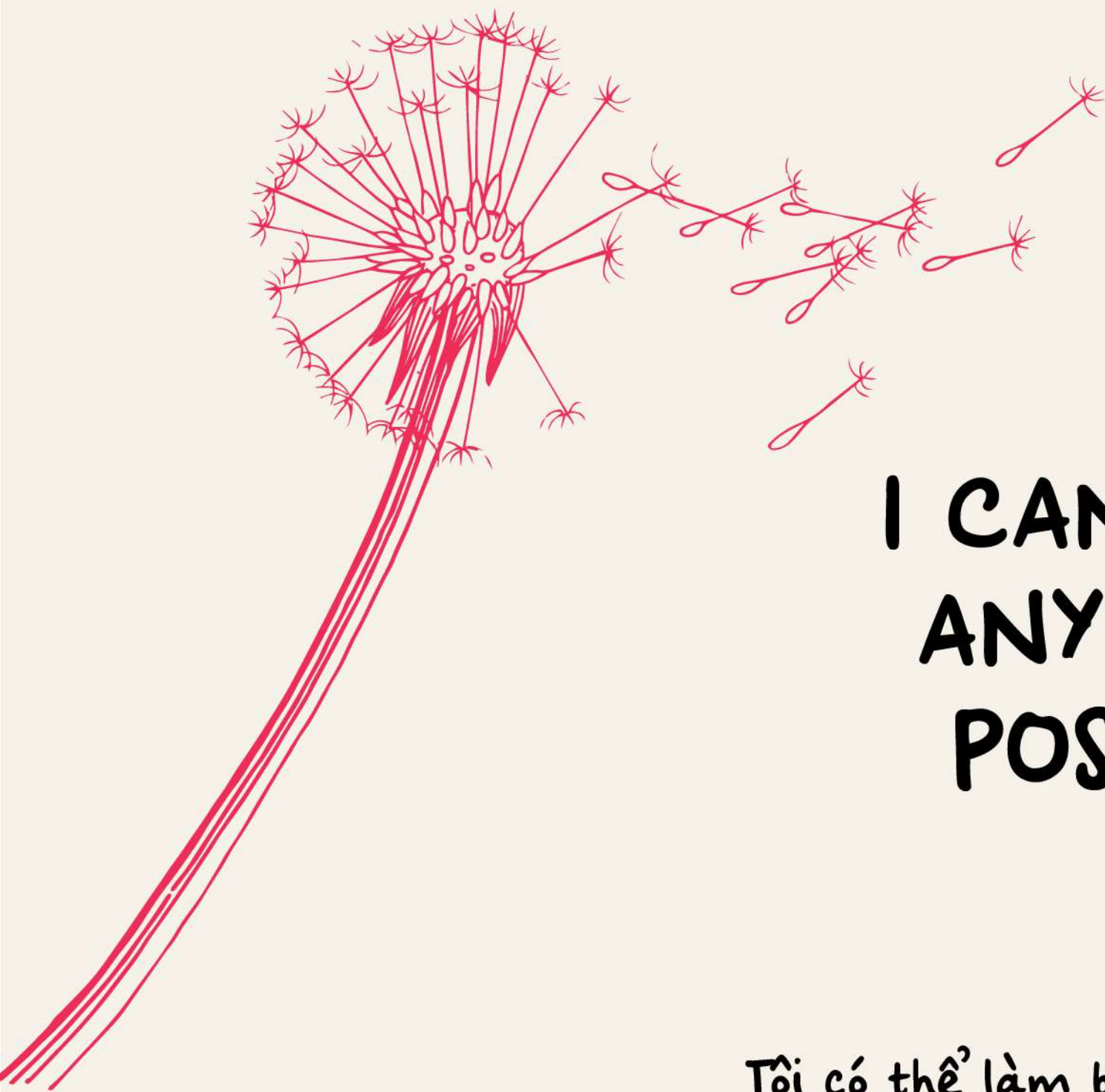


I CAN HAVE
INNER
BEAUTY

Tôi có thể có vẻ đẹp bên trong tâm hồn



DESIGN *for*
CHANGE



**I CAN MAKE
ANYTHING
POSSIBLE**

Tôi có thể làm bất điều gì có thể



I CAN
DO IT
NO MATTER
HOW
HARD
IT IS

Tôi có thể làm được bất kể là nó khó đến mức nào.



Tôi có thể sống cho giây phút hiện tại



Tôi có thể có sức mạnh bên trong

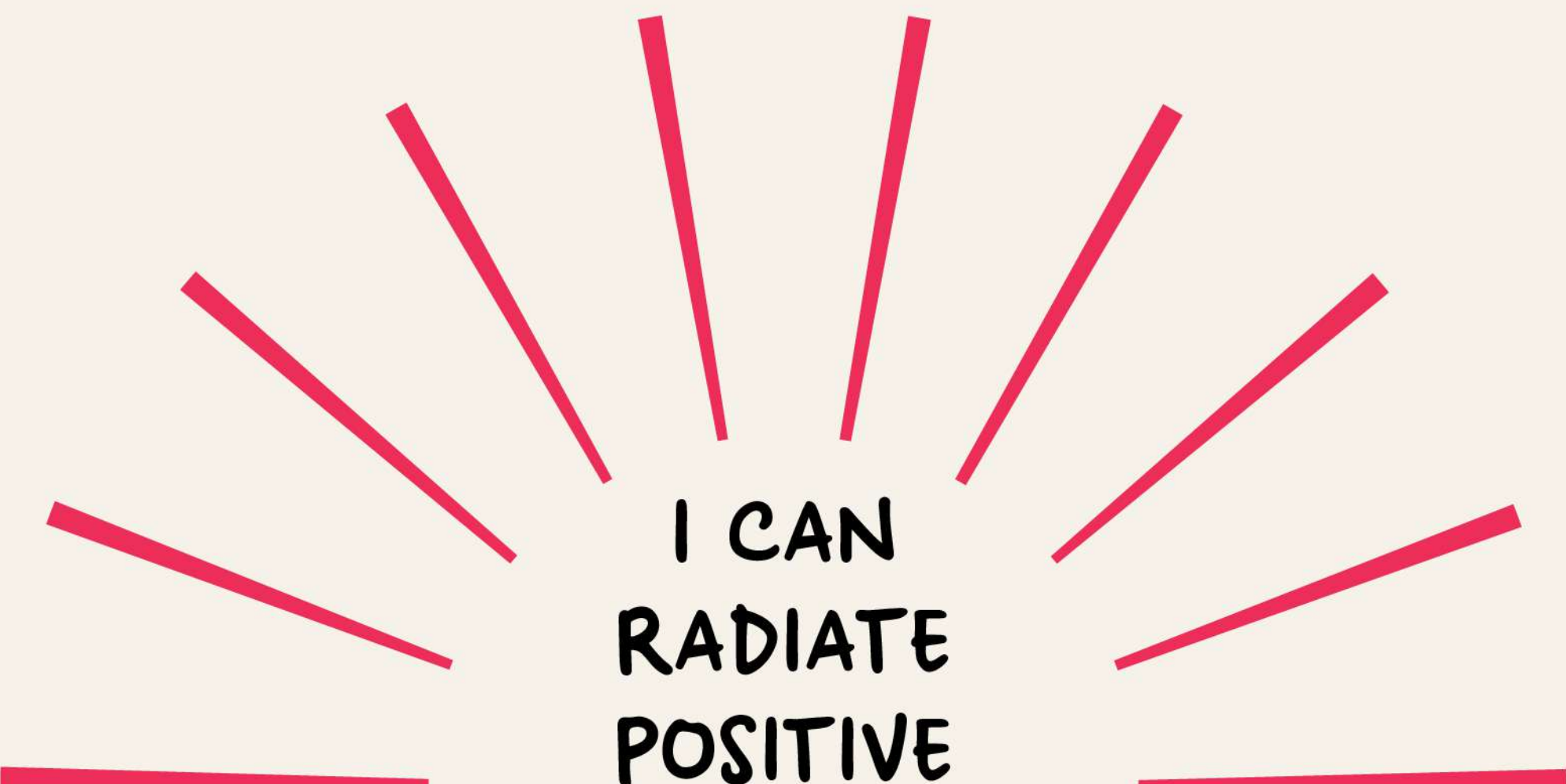


I CAN

START WITH A

POSITIVE
MINDSET

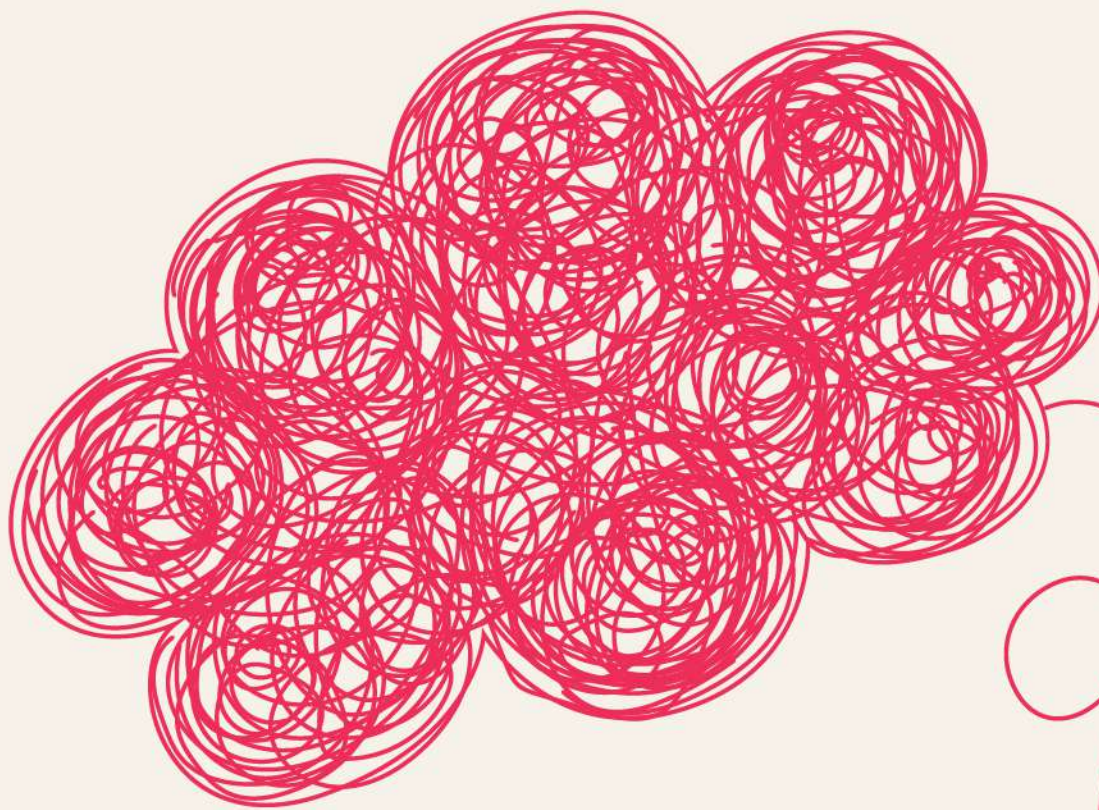
Tôi có thể bắt đầu với một suy nghĩ tích cực

Ten thick pink lines radiate outwards from the central text, resembling sunbeams or rays of energy.

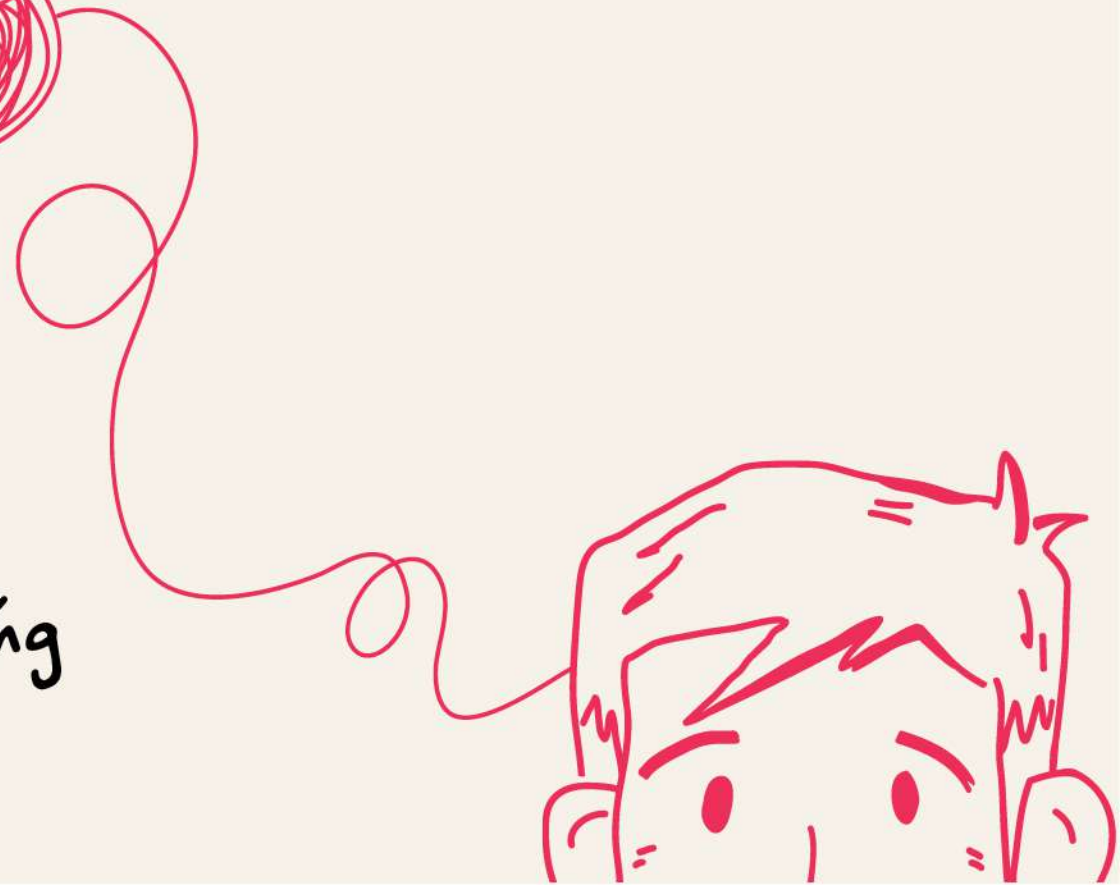
I CAN
RADIATE
POSITIVE
ENERGY

Tôi có thể tỏa ra năng lượng tích cực

I CAN DEAL WITH AN UNCOMFORTABLE SITUATION



Tôi có thể xử lý mọi tình huống
không như ý muốn





I CAN TAKE DEEP BREATHS
I CAN TAKE DEEP BREATHS
I CAN TAKE DEEP BREATHS

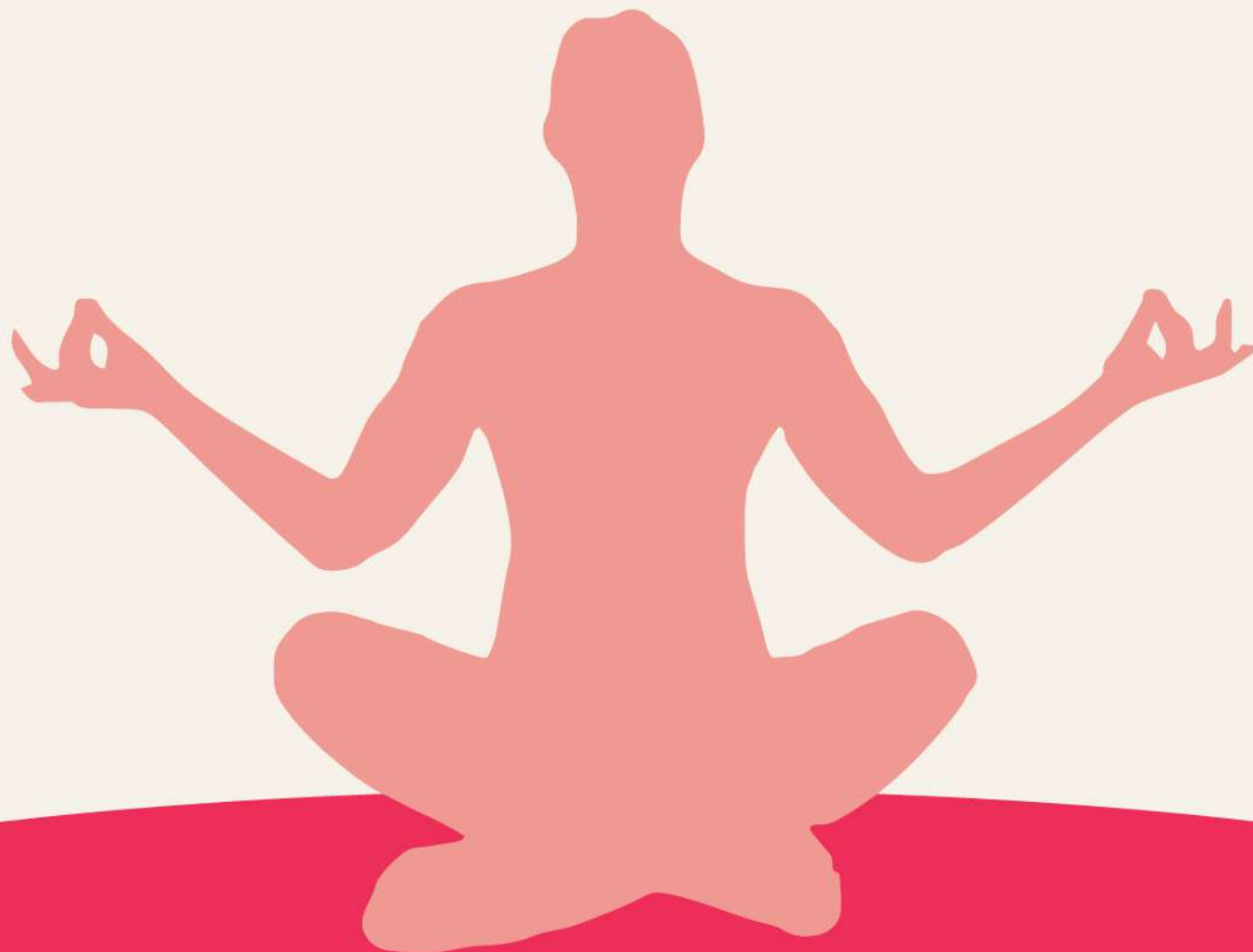
Tôi có thể hít thở sâu



DESIGN *for*
CHANGE

I CAN BE STRONGER WITH EVERY BREATH I TAKE

Tôi có thể trở nên mạnh mẽ hơn với mỗi hơi thở tôi hít thở

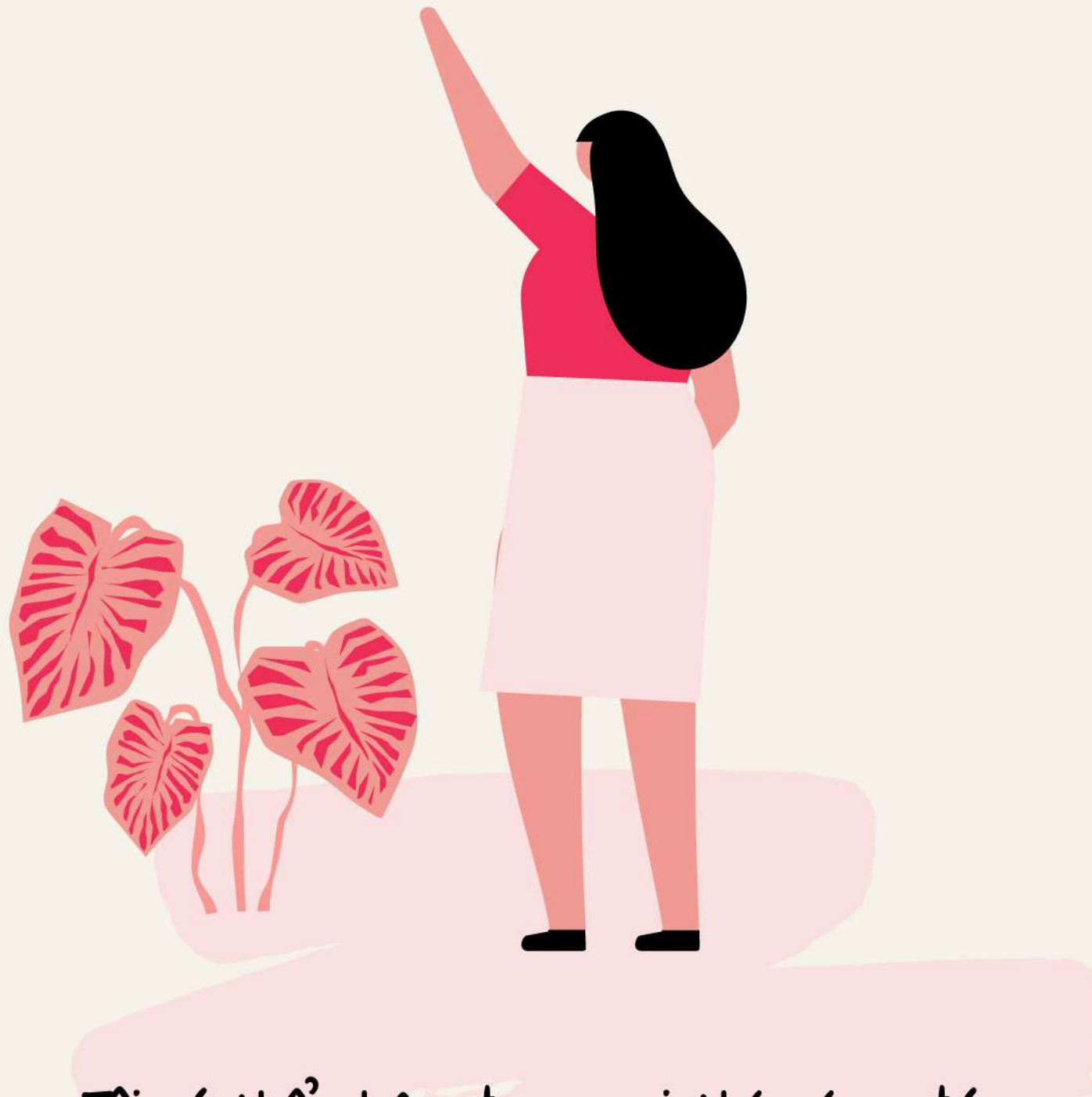




Tôi có thể là nguyên bản



I CAN GET EVERYTHING I DESERVE



Tôi có thể nhận được mọi thứ xứng đáng

I CAN



DESIGN *for*
CHANGE

BE

SUCCESSFUL

LIKE I

ENVISION

Tôi có thể thành công
như tôi hình dung

A large, stylized pink laurel wreath that frames the central text. It consists of two branches of leaves that curve upwards and then cross at the bottom.

**I CAN WIN
OVER MY
CHALLENGES**

Tôi có thể chiến thắng những thử thách của tôi



Tôi có thể biết ơn ngày hôm nay



I CAN STRIVE TO DO BETTER EVERY DAY

Tôi có thể phấn đấu để làm tốt hơn mỗi ngày



I CAN AND I WILL

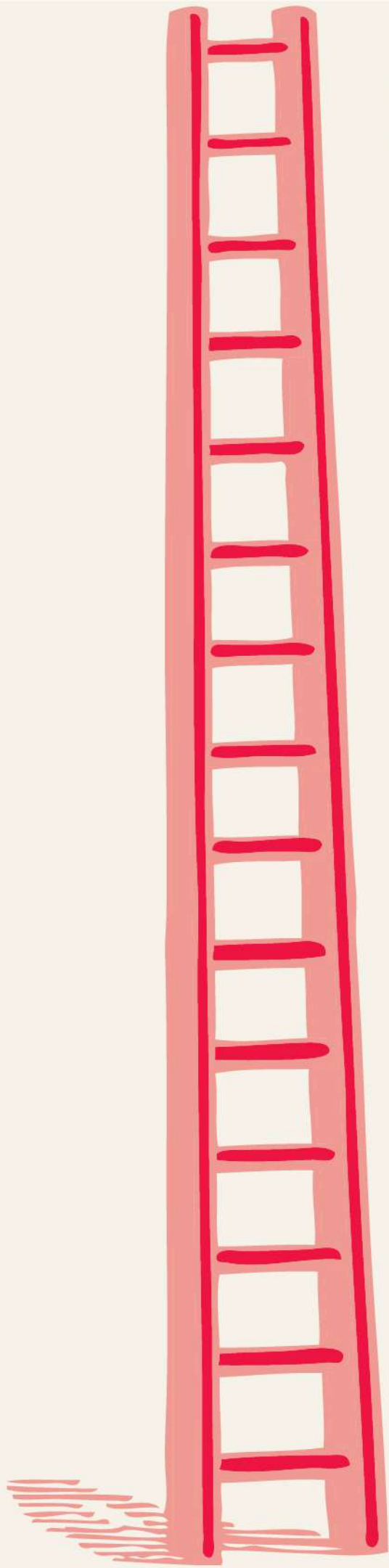
PUSH THROUGH



Tôi có thể và tôi sẽ vượt qua



Tôi có thể vô địch



I CAN TAKE ONE STEP AT A TIME

Tôi có thể đi từng bước một





Tôi có thể làm việc theo tốc độ của riêng mình



I CAN
TAKE A
CHANCE



Tôi có thể nắm lấy một cơ hội



I CAN SHINE TODAY AND EVERYDAY

Tôi có thể tỏa sáng hôm nay
và mỗi ngày



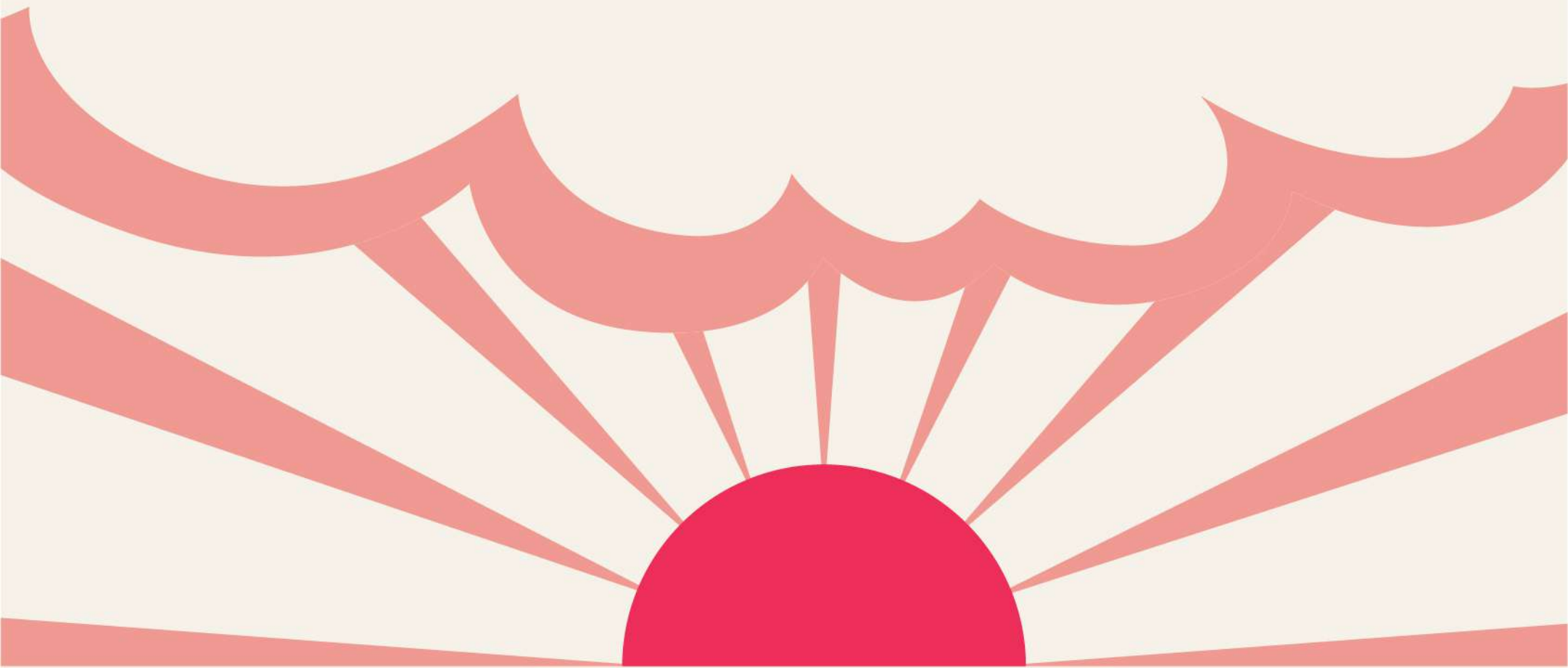
A central illustration featuring a light pink heart held by two hands drawn with thick pink outlines. The hands are positioned on either side of the heart, with fingers slightly curled as if holding it gently. The entire graphic is set against a light beige background.

I CAN BE
EMPATHETIC

Tôi có thể đồng cảm



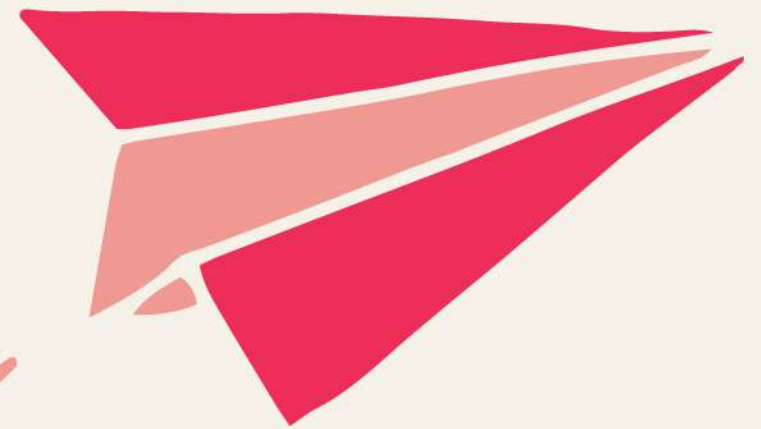
I CAN CHOOSE HOW MY DAY WILL BE



Tôi có thể lựa chọn ngày của tôi như thế nào

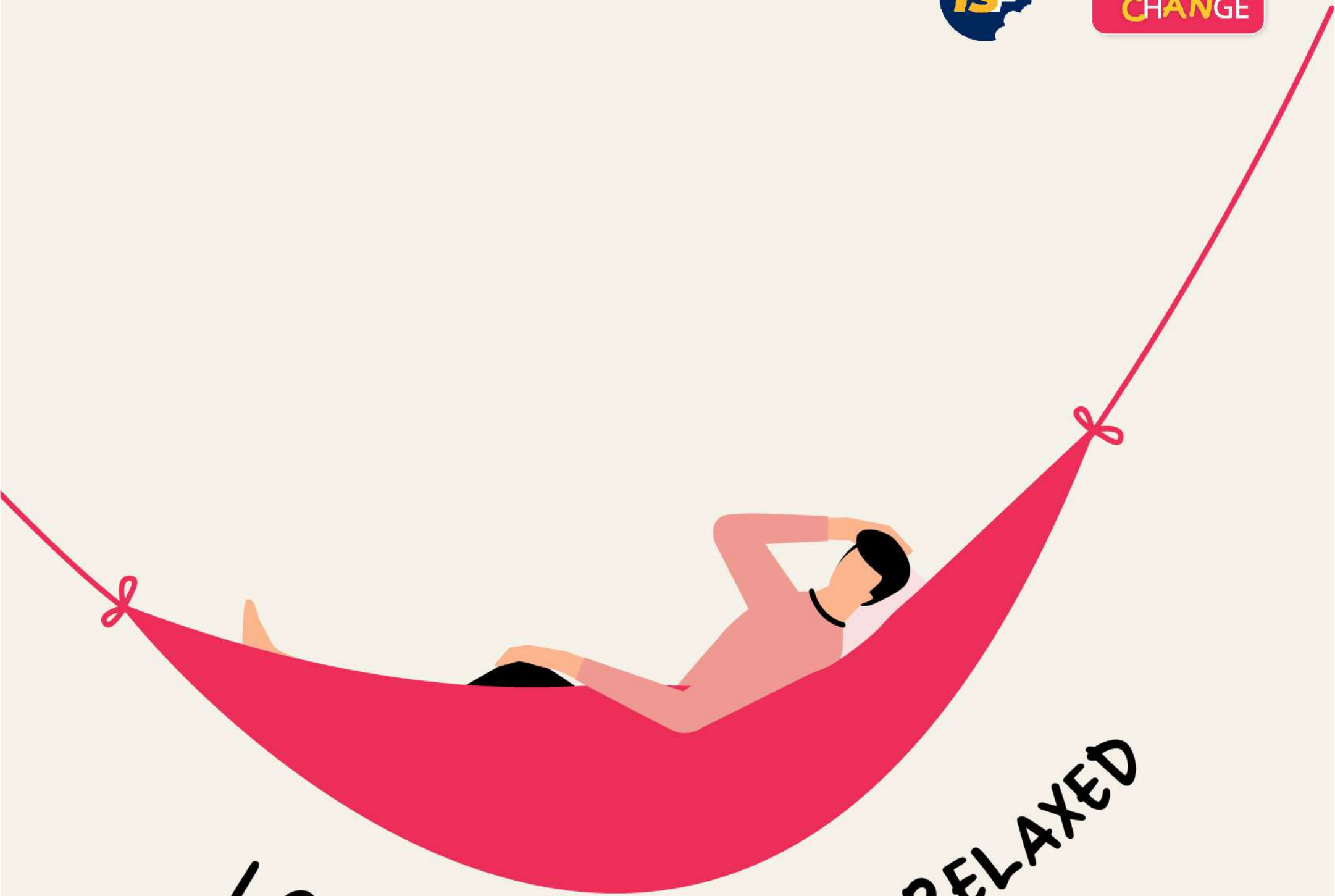


Tôi có thể kiểm soát cảm xúc của tôi



I CAN HAVE
ENDLESS POSSIBILITIES

Tôi có thể có vô số khả năng



I CAN BE CALM AND RELAXED

Tôi có thể bình tĩnh và thư giãn



I CAN WORK ON MY WEAKNESS

I CAN WORK ON MY WEAKNESS

I CAN WORK ON MY WEAKNESS

I CAN WORK ON MY WEAKNESS

I CAN WORK ON MY WEAKNESS

I CAN WORK ON MY WEAKNESS

I CAN WORK ON MY WEAKNESS

I CAN WORK ON MY WEAKNESS

Tôi có thể khắc phục điểm yếu của mình



Tôi có thể chuẩn bị cho mình những thành tựu



I CAN BE
BEAUTIFUL
INSIDE OUT

Tôi có thể đẹp từ trong ra ngoài





I CAN CREATE OPPORTUNITIES FOR MYSELF



Tôi có thể tạo cơ hội cho chính mình



Tôi có thể nói không



I CAN CREATE A SAFE SPACE FOR MYSELF

Tôi có thể tạo ra một không gian an toàn cho chính mình



DESIGN *for*
CHANGE



I CAN BUILD MY
OWN FUTURE

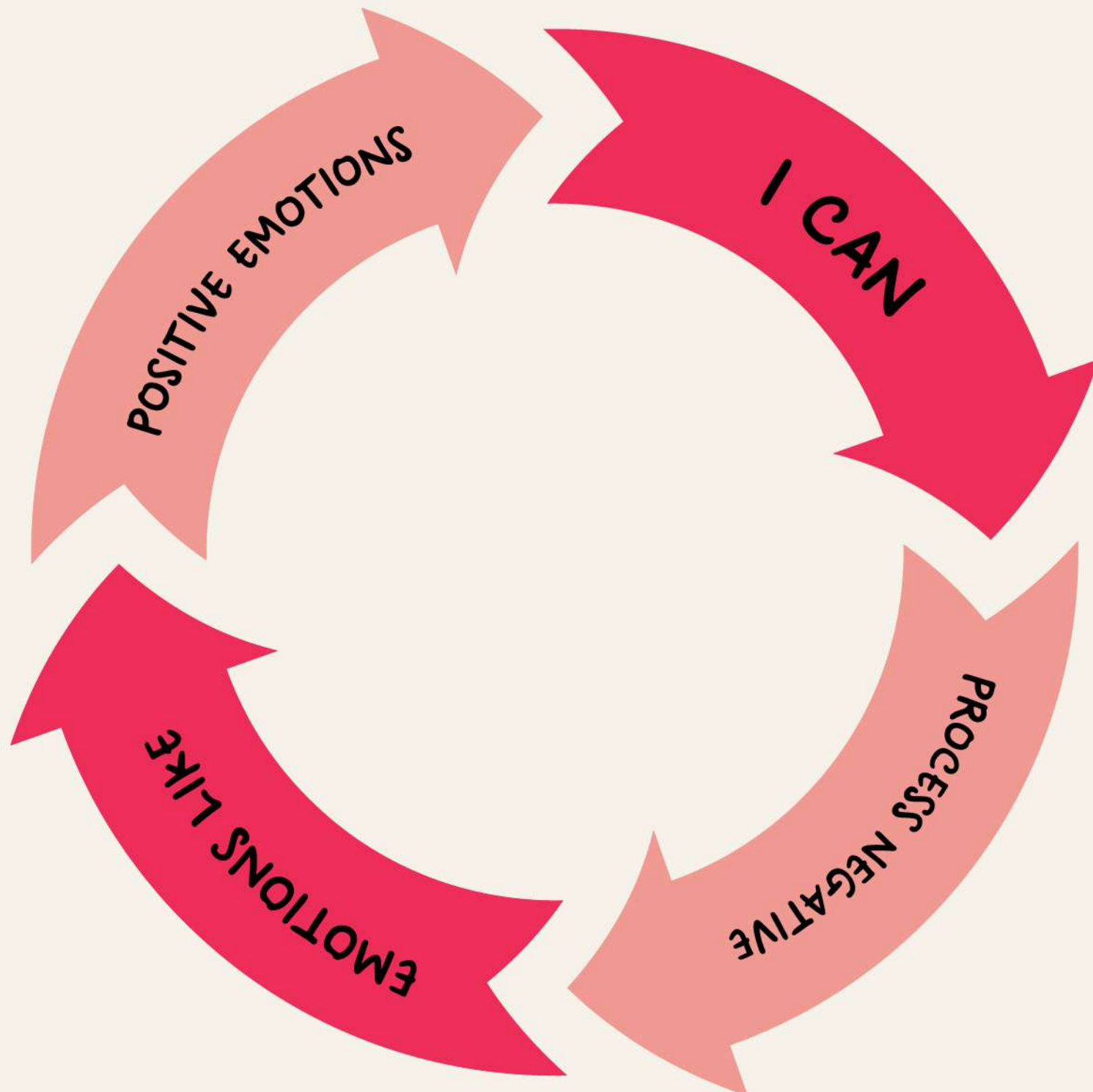
Tôi có thể xây dựng
tương lai cho chính mình



I CAN BE
INDEPENDENT



Tôi có thể độc lập



Tôi có thể xử lý những cảm xúc tiêu cực,
cảm xúc yêu thích, cảm xúc tích cực



Tôi có thể tận hưởng và tin tưởng hành trình sống của bản thân



Tôi có thể thay đổi thế giới



I CAN

CHOOSE MY



OWN PATH

Tôi có thể chọn con đường của riêng mình



I CAN BE SMART AND ALERT



Tôi có thể thông minh và lanh lợi



I CAN CHOOSE MY OWN ATTITUDE

I CAN CHOOSE MY OWN ATTITUDE

I CAN CHOOSE MY OWN ATTITUDE

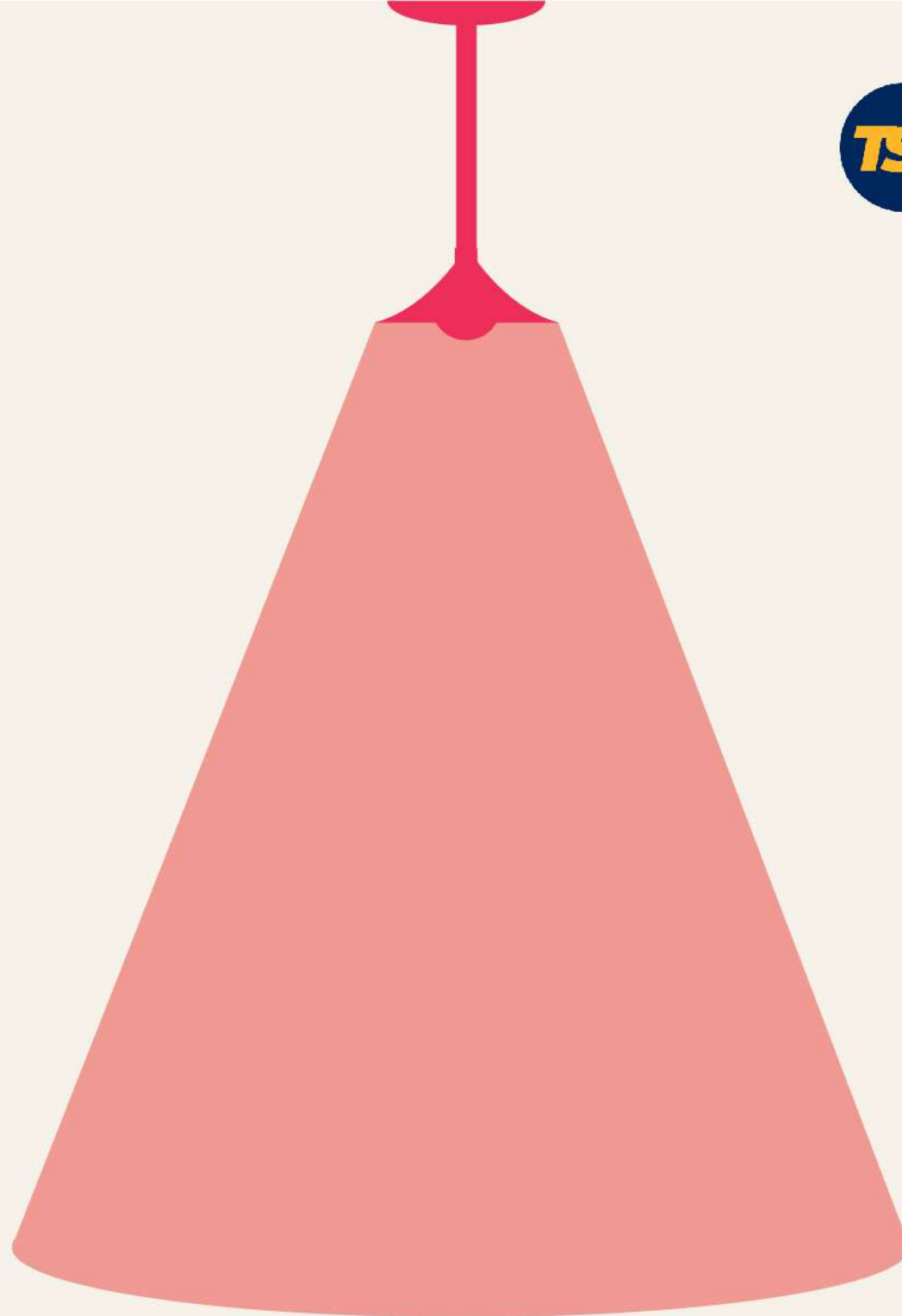
I CAN CHOOSE MY OWN ATTITUDE

I CAN CHOOSE MY OWN ATTITUDE

I CAN CHOOSE MY OWN ATTITUDE

I CAN CHOOSE MY OWN ATTITUDE

Tôi có thể chọn thái độ của riêng mình



I CAN BE IMPORTANT

Tôi có thể quan trọng



I CAN LET IT GO TO FEEL BETTER

Tôi có thể để nó qua đi để có thể tốt hơn



I CAN
BE THE CHANGE
I WANT TO SEE



Tôi có thể là sự thay đổi
mà tôi muốn nhìn thấy