



De komende weken werken we aan het onderwerp 'Wat voel ik?'. In deze ouderbrief geven wij u een samenvatting van wat in de groepen 1 t/m 8 wordt aangeboden.

In de klassen komt het volgende aan de orde:

- Wat de emoties blij, boos, bang en verdrietig zijn. Deze emoties kunnen een beetje aanwezig zijn en soms ook heel erg. Sommige emoties kunnen ook tegelijk aanwezig zijn.
- Wat je zelf kunt doen om te leren omgaan met deze emoties, bijvoorbeeld door rustig te vertellen wat er is of iets te doen waar je weer rustig of blij van wordt.
- Hoe je iemand kan helpen zich weer wat fijner te voelen, bijvoorbeeld door te troosten of door je op te vrolijken.

Wanneer u thuis wilt aansluiten bij dit thema kunt u:

- De emoties van uw kind erkennen en vervolgens met uw kind praten over hoe hij met zijn emoties om zou kunnen gaan.
- Samen met uw kind praten over de emoties van de hoofdpersonen van een film of televisieprogramma.
- Begrip tonen voor de emoties van uw kind waarbij u uw eigen grens aangeeft wat betreft het gedrag van uw kind.
- Zorgen voor een vast ritueel wat troostend of kalmerend werkt voor uw kind.