

Beste ouder(s)/verzorger(s),

Deze week werken we met *Goed gedaan!* aan het thema 'Ken jezelf'.

Om goed met zichzelf en anderen om te gaan, is het van belang dat kinderen leren nadenken over zichzelf. Dit schooljaar wordt stilgestaan bij de vragen: Wat zijn mijn sterke en zwakke kanten? Hoe zien anderen mij?

In de klas komt het volgende aan de orde:

- Goed-met-jezelf-en-andere-omgaan-punten: Welke punten kan ik al goed? Welk nog niet?
- Goed-met-jezelf-en-andere-omgaan-punten: Wat kan ik wel/niet goed volgens klasgenoten?
- Hoe kan ik mijn zwakke punten verbeteren?

Tips voor thuis

- Geef uw kind een duidelijk compliment wanneer hij op een goede manier met eigen emoties omgaat of zich sociaal gedraagt.
'Knap dat je zo rustig bleef toen het misging!'
'Wat aardig van jou om Marloes uit jezelf te helpen!'
- Help uw kind wanneer hij nieuw gedrag (niet schelden / luisteren naar 'hou op!') wil aanleren. Schrijf het goede voornemen officieel op en spreek iets leuks af als stimuleringspremie wanneer het een week lang lukt. (een keer extra lang opblijven / toetje kiezen / samen een spelletje doen / samen een film kijken)

Les 15 Ken jezelf

Zo
doen
we
dat

wat kun jij goed?

- eerlijk zijn?
- letten op wat leuk is?
- anderen helpen en complimentjes geven?

wat is nog moeilijk?

- rustig zeggen wat jij niet fijn vindt?
- even nadenken voor je iets doet?
- luisteren naar 'nee!' en 'hou op'?

hoe kun je daar aan werken?

- Maak een goed voornemen en schrijf dat op.
- Bedenk plannen om dat voornemen uit te voeren.
- Vertel anderen wat je je voorgenomen hebt.

ken jezelf

- Ik** ➤ denk eigenlijk nooit na over mezelf.
➤ Ik heb het veel te druk met opletten wat anderen doen en zeggen.
B ➤ denk heel vaak na over mezelf.
Dan vraag ik me vooral af wat anderen over mij denken.