

Caring



Hallo ouders en verzorgers,

Welkom bij deel 2 van ons curriculum Vriendelijkheid in de klas. De komende 4-6 weken gaan we alles leren over ZORGEN. Aangezien dit een zeer vertrouwd concept is voor kinderen van deze leeftijd, gaan we dieper in op de volgende onderwerpen:

ONDERWERP

VRAGEN DIE WE ZULLEN ONTDEKKEN

HOE JE THUIS KUNT HELPEN

Zelfzorg

- Hoe kunnen we ons niveau van persoonlijke zelfzorg verhogen? Welke delen van onze dagelijkse routine laten een vorm van zelfzorg zien?

Praat met uw kind over hoe belangrijk zelfzorg is naarmate u ouder wordt. Bespreek de gevolgen van slechte zelfzorg (gaatjes, huidproblemen etc.)

Behulpzaamheid

- Hoe kunnen we onze tijd en ons talent gebruiken om anderen te helpen, zelfs ongevraagd? Hoe inspireert helpen zonder te vragen tot vriendelijkheid in ons gezin?

Bespreek verschillende manieren waarop uw kind thuis kan helpen. Welke gebieden hebben meer hulp nodig en hoe kunnen ze helpen op een manier die u echt nuttig vindt?

Dankbaarheid

- Hoe laten onze woorden en daden anderen zien dat we dankbaar zijn voor wie ze zijn en wat ze voor ons doen?

Help uw kind te oefenen met het tonen van dankbaarheid aan zowel volwassenen als kinderen hun leven met behulp van vriendelijke woorden.

Medeleven

- Hoe tonen we medeleven met anderen van onze eigen leeftijd? Hoe tonen we compassie voor volwassenen die het moeilijk hebben? Hoe ziet compassie er voor jou uit?

Praat met uw kind over mensen op hun school die het misschien moeilijk hebben. Brainstorm over manieren waarop ze medeleven met hen kunnen tonen.

Empathie

- Wat is empathie? Hoe zijn compassie en empathie met elkaar verbonden?

Verbind uw kind met kansen voor hen om empathie te voelen voor anderen die soortgelijke situaties doormaken. Voorbeeld: praat met een vriend die door een scheiding gaat, maak een beterschapskaart voor een zieke vriend, enz.

Belangrijkste activiteiten die we gaan doen:

- Maak een bevestigingssteen!
- Maak een zorgzame strip!
- Ontwikkel compassie door middel van rollenspellen!
- Ontdek empathie door kunstwaardering!

Als u vragen heeft over onze *Vriendelijkheid in de klas* lessen kunt u altijd contact met mij opnemen. We zijn samen op dit vriendelijkheidspad!

Eerlijk,

PROBEER DIT THUIS!

Moedig uw kind aan om een familielid te interviewen over hun favoriete jeugdherinnering. Welke overeenkomsten hadden de twee? Welke positieve verbanden kunt u leggen tussen uw kind en de geïnterviewde persoon? Compassie en empathie beginnen wanneer we een gemeenschappelijke basis vinden!