

# 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
<b>Zelfzorg</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Hoe kunnen we ons niveau van persoonlijke zelfzorg verhogen? Welke delen van onze dagelijkse routine laten een vorm van zelfzorg zien?</li></ul>	Praat met uw kind over hoe belangrijk zelfzorg is naarmate u ouder wordt. Bespreek de gevolgen van slechte zelfzorg (gaatjes, huidproblemen etc.)
<b>Behulpzaamheid</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>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?</li></ul>	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?
<b>Dankbaarheid</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Hoe laten onze woorden en daden anderen zien dat we dankbaar zijn voor wie ze zijn en wat ze voor ons doen?</li></ul>	Help uw kind te oefenen met het tonen van dankbaarheid aan zowel volwassenen als kinderen in hun leven door vriendelijke woorden te gebruiken.
<b>Medeleven</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>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?</li></ul>	Praat met uw kind over mensen op hun school die het misschien moeilijk hebben. Brainstorm over manieren waarop ze medeleven met hen kunnen tonen.
<b>Empathie</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Wat is empathie? Hoe zijn compassie en empathie met elkaar verbonden?</li></ul>	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:

- Creëer affirmatiewolken!
- Ontwikkel een communicatiestrip!
- Oefen met het oprecht verontschuldigen!
- Ontdek stappen naar vergeving!

**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!

Let op de Home Extension-handout die is gekoppeld aan de les om oprechte excuses aan te bieden. Werk samen met uw kind om het werkblad in te vullen terwijl u manieren bespreekt om excuses te maken en te accepteren van dierbaren.