

Beste ouder(s)/verzorger(s),

Deze week werken we met *Goed gedaan!* aan het thema 'Wat voel ik?'

Het is belangrijk dat een kind weet wanneer hij bang, boos of verdrietig is en dit ook kan vertellen. Een kind moet leren zeggen wat hem dwarszit (i.p.v. dat in zijn gedrag te uiten) en weten wat hij kan doen om zich weer wat fijner te voelen.

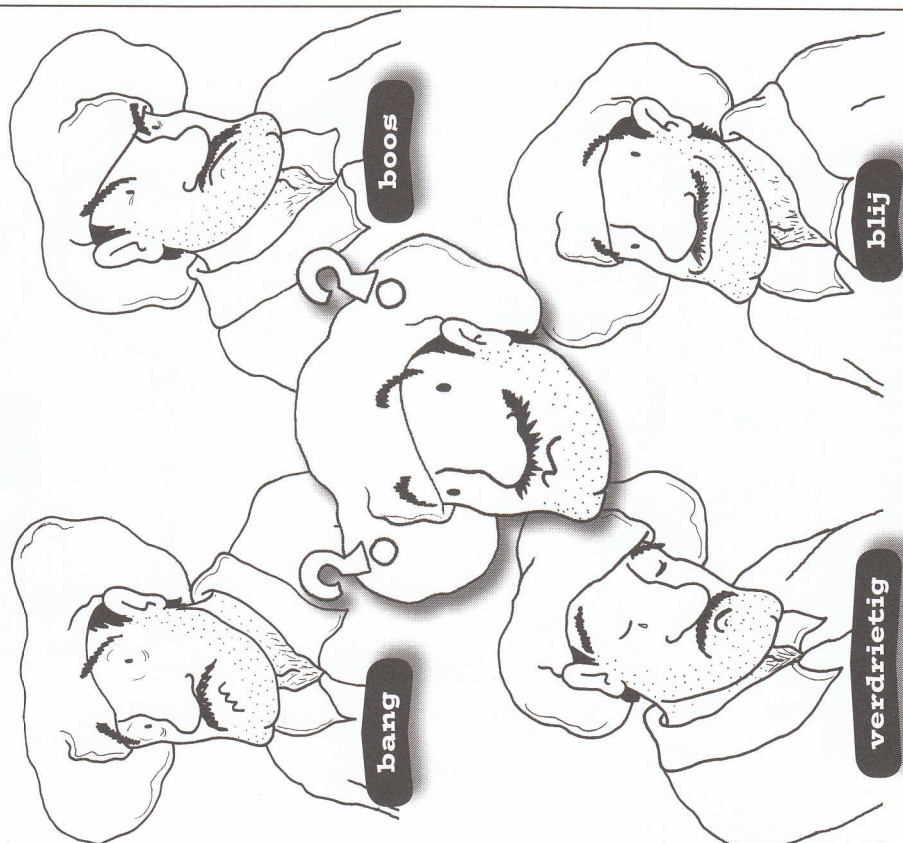
In de klas komt het volgende aan de orde:

- Je kunt verdrietig en boos tegelijk zijn.
- Wat kun je doen als je bang, boos of verdrietig bent?
  - Rustig vertellen wat er is.
  - Iets doen waar je weer kalm of blij van wordt.

Tips voor thuis

- Begrijp het verdriet en de angsten van uw kind, maar ga er niet te ver in mee. Kalmeer uw kind en bedenk samen iets waardoor hij wat minder bang of verdrietig wordt.
- Kies niet voor 'oplossingen' die op den duur niet zijn vol te houden (tegelijk met het kind naar bed gaan), maar bedenk iets wat praktisch haalbaar is (deur open laten).
- Als een kind boos is, gedraagt hij zich vaak dwars. Wees dan duidelijk: Boos zijn mag. Dwars doen niet!  
*'Ik begrijp dat je boos bent. Maar ik wil niet dat je gilt.'*
- Help uw kind weer kalm te worden: blijf zelf rustig, zeg wat hij moet doen en bedenk iets leuk voor daarna.  
*'We zetten nu de tv uit. Dan ga jij dat kasteel afbouwen.'*

## blij, bang, verdrietig of boos? soms loopt het door elkaar



'ik ben verdrietig' en 'ik ben boos'  
zijn dan allebei waar!

**Goed!**  
**gedaan!**