



Wat je kunt vragen om je kind te helpen ontwikkelen
Dit een tijd waarin het belangrijk is goede gesprekken met elkaar te voeren.
Voor kinderen en ouders is het niet altijd makkelijk om op het juiste moment de goede vraag te stellen.....

Hieronder staat een aantal vragen die je kunt gebruiken.

Zelfbesef

- Hoe is het om niet op school te zijn?
- Hoe voel je je? Kun je het uitleggen met een gevoelswoord?
 - Blij: prettig, vrolijk, dolblij?
 - Bang: niet op je gemak, ongerust, onveilig?
Boos: geïrriteerd, kwaad, woedend?
 - Verdrietig: ontevreden bedroefd, ellendig?
- Wat merk je aan jezelf als je je zo voelt? (bv buikpijn, hoofdpijn, gespannen spieren, snelle ademhaling)

Zelfmanagement

- Wat helpt jou om rustig te worden als je je zo voelt?
- Wat kun je tegen jezelf zeggen om de moed erin te houden?

Besef van de ander

- Hoe houd je rekening met je broer(tje), zus(je), je ouders?
- Weet je of snap je hoe zij zich voelen?
- Wat zeg je tegen de ander als zij zich[emotie] voelen?
- Wat kun je voor de ander doen als zij zich[emotie] voelt?

Relaties hanteren

- Helpt papa of mama je met je schoolwerk? Wat voor complimentje kun je geven als je blij bent met de hulp?
- Hoe gaat het samen werken of samen spelen als je thuis bent? Wat vind je gemakkelijk of lastig?
- Thuis werken is heel anders dan werken in een klas. Hoe ga je daar mee om? Hoe hou je rekening met elkaar?

Keuzes maken

- Hebben jullie regels tijdens het schoolwerk thuis? Wat vind je van die regels? is het gemakkelijk om je aan die regels te houden?
- Hoe los je probleempjes op?
- Wat doe jij om het thuis gezellig te houden?
- Zijn jouw keuzes goed voor jouzelf of ook voor anderen?

Zie ook het boek SEL: Sociaal-emotioneel leren als basis

<https://www.keesvanoverveld.nl/files/leer-leerlingen-levensvaardigheden.pdf>