

's-Gravenzande, 13 januari 2020

Beste ouders van leerlingen uit klas 1 en 2,

Op woensdag 29 januari starten wij met het geven van 2 trainingen op school. Wij bieden leerlingen uit klas 1 en 2 de kans om zich te ontwikkelen op het gebied van weerbaarheid of emotieregulatie. Is één van deze trainingen misschien iets voor uw kind?

Weerbaarheidstraining:

Deze training is geschikt voor leerlingen die in conflictsituaties niet of nauwelijks voor zichzelf opkomen. Ze trekken zich terug, zitten stilletjes alleen in een hoekje in de kantine en lopen weg voor confrontaties. Ze laten zich soms voor vervelende klusjes sturen, of moeten rotklusjes opknappen voor sterkere klasgenoten. In dit soort situaties houden deze jongeren vooral rekening met wat een ander van hen vindt, en houden weinig rekening met wat ze zelf belangrijk vinden.

Het doel van de training is dat de leerling op een adequate geheel eigen manier voor zichzelf opkomen in relatie tot anderen.

Na de training kan de leerling zijn mening geven in de klas, en bij zijn standpunt blijven als anderen het niet met hem eens zijn. Hij kan omgaan met een milde vorm van groepsdruk en is in staat betekenisvolle sociale contacten aan te gaan.

Houd je hoofd cool:

Deze training is geschikt voor jongeren die regelmatig in conflicten terecht komen. De jongere wil vooral gehoord worden, maar heeft nog geen manier gevonden waarop mensen ook naar hem luisteren. Deze problemen ontstaan op momenten dat de jongere onrecht ervaart, het ergens niet mee eens is of als hij zich oneerlijk behandeld voelt. Het eigen aandeel in de situatie inzien is voor hen soms lastig, of wordt pas ingezien nadat er al een ontploffing is geweest.

Het doel van de training is dat de leerling zijn fysieke, emotionele en verbale reacties die hij gebruikt in situaties waarin hij de controle verliest kan herkennen en zijn gedrag bijstellen.

Na de training heeft de jongere meer controle over zijn emoties, en kan zijn frustratie op een acceptabele manier uiten. Hij raakt minder betrokken bij escalerende conflicten en is in de klas rustiger aanwezig.

Beide trainingen worden gegeven door onze schoolmaatschappelijk werker Annemieke Hoogvelt-van Wijk. Het zijn 8 bijeenkomsten op woensdag. De weerbaarheidstraining is van 11:05 - 12:25 uur. De Houd je hoofd cool-training is van 9:05 - 10:35 uur.

Wilt u uw kind opgeven voor één van de trainingen, dan hoor ik het graag voor vrijdag 17 januari.

Met vriendelijke groet,

Chériette van Harmelen
Zorgcoördinator