

## Goed nieuws en afscheid

We beginnen deze nieuwsbrief graag met goed nieuws. Maurits van Huijstee heeft gisteren zijn assessment voor het zij-instroomtraject gehaald en zal na de voorjaarsvakantie starten als leerkracht van groep 8. Hij werkt voortaan op maandag, dinsdag en woensdag. Wij willen hem graag feliciteren en nu officieel van harte welkom heten bij ons op school!

Naast het goede nieuws vandaag ook tijd voor afscheid. Dennis de Bont, leerkracht van groep 7, werkt vandaag zijn laatste dag bij ons op school. Wij wensen hem veel succes en plezier met zijn nieuwe baan, en zijn hem ontzettend dankbaar voor al zijn inzet bij ons op school.

## Mediawijsheid

In februari wordt het vierde thema behandeld van de methode voor mediawijsheid, het Nationaal Media Paspoort. Dit thema gaat over de klok in de gaten houden bij het gebruik van media. Internet, gamen en media zijn natuurlijk hartstikke leuk, maar houden de kinderen wel de klok een beetje in de gaten, want er is nog meer in de wereld. Blijven ze ook spelen met broers en zussen, vrienden en vriendinnen? Sporten is namelijk ook gezellig en gezond.

We leren de kinderen hoe ze erachter kunnen komen of je teveel tijd achter een beeldscherm doorbrengt. Hoe ze erachter kunnen komen hoe afhankelijk ze zijn geworden van internet of mobiel.

## Bijlage

In de bijlage vindt u de vraag van de maand van Jeugd en Gezin.

## Maandkalender

<b>week 7</b>	<b>14 feb 15 feb</b>	Rapport mee Studiedag, leerlingen zijn vrij
<b>week 8</b>	<b>18 feb - 22 feb</b>	Voorjaarsvakantie
<b>week 9</b>	<b>25 feb</b>	Eerste lesdag na de vakantie

<b>week 10</b>	<b>04 mrt 06 mrt</b>	Aanmelden V.O. school groep 8 Groep 7 en 8 naar Beeld en Geluid
<b>week 11</b>	<b>13 mrt</b>	MR vergadering Muiderberg 19.30 uur
<b>week 12</b>	<b>18 mrt 21 mrt</b>	Start Week van de lentekriebels Wandelen voor Water, info volgt Groep 3/4 naar Singer
<b>week 13</b>		
<b>week 14</b>	<b>04 apr</b>	Theorie-examen verkeer groep 8
<b>week 15</b>	<b>08 apr 10 apr 12 apr</b>	Spreekavond Spreekavond Koningsspelen
<b>week 16</b>	<b>16 apr - 18 apr 16 apr - 17 apr 19 apr</b>	Eindcito groep 8 Jeugdverpleegkundige in groep 1/2 Start meivakantie t/m 5 mei

VVDM februari 2019



**Jeugd en Gezin**  
Gooi en Vechtstreek

### **'Mijn kind vindt nieuwe situaties spannend, hoe kan ik hem helpen?'**

Heb jij een kind dat het moeilijk vindt om nieuwe situaties aan te gaan? Dat het liefst stevig tegen je aangeplakt blijft zitten, stilletjes in een hoekje kruipt of heel hard moet huilen als het iets spannend vindt? Dan heb jij waarschijnlijk een 'kat uit de boomkijker' in huis.

Omdat kinderen nog veel van het leven niet begrijpen zijn ze sneller angstig dan volwassenen. Ze voelen veel aan maar kunnen het nog niet goed plaatsten. Een nieuwe situatie maakt een kind daarom soms bang en onzeker. Dat kan per kind verschillen, ook bij kinderen binnen hetzelfde gezin. Het ene kind is gevoeliger voor spanningen dan het andere kind. Deze angst heeft een functie. Het is een waarschuwing tegen mogelijk gevaar. We hebben deze emotie nodig om te overleven. Het is daarom belangrijk dat je kind leert luisteren naar dit gevoel. Je kan je kind hierbij helpen door het gevoel te benoemen te erkennen. Dus bijvoorbeeld: *"jij vindt het spannend om naar zwembles te gaan, dat snap ik best"*

Angst staat tegenover vertrouwen. Als je kind ergens bang voor is heeft het ergens geen vertrouwen in. Je kind kan dan proberen nieuwe situaties te vermijden omdat ze hem onzeker maken. Bijvoorbeeld door alleen maar op schoot te willen zitten tijdens een verjaardag. Als je hierin mee gaat dan zal de angst alleen maar groter worden. Door niet mee te gaan in het gedrag en het te begrenzen werk je aan het zelfvertrouwen van je kind. *"Je mag nog 5 minuutjes bij me blijven zitten en dan is het tijd om ..."* Doe dit op een liefdevolle, zachte manier en niet vanuit boosheid. Doe je het wel vanuit boosheid omdat je je ergert aan het gedrag dan zal je kind alleen maar meer in verzet

gaan. Als je kind vervolgens de nieuwe situatie toch is aangegaan geef hem dan een compliment *“wat knap dat je het toch gedaan/ geprobeerd hebt ook al vond je het spannend”* Hiermee versterk je het zelfvertrouwen van je kind en is de kans groter dat je kind de volgende keer ook een spannende situatie durft aan te gaan.

Als je angstig bent bouw je spanning op. Zorg er daarom voor dat je kind zich na een spannende situatie lekker kan ontspannen. Hoe? Dat is voor elk kind anders; de één ontspant van een muzikje luisteren of samen een boekje lezen en de ander heeft het nodig om lekker te kunnen rennen om de spanning eruit te gooien. Kijk wat je kind nodig heeft en maak daar ruimte voor.

Dus:

- Leer je kind angst te herkennen door het te benoemen
- Accepteer het gevoel en toon begrip
- Begrens het gedrag
- Ga niet mee in de angst maar ontken het ook niet door het weg te lachen.
- Bedenk (eventueel samen met je kind) tussenstappen om de situatie uiteindelijk wel aan te kunnen gaan. Vertrouwen in een nieuwe situatie moet groeien.
- Zorg na afloop van een spannende situatie voor ontspanning op een manier die bij je kind past zodat het kan ontladen

Wil je meer weten of heb je een vraag. We denken graag met je mee!

T 035 – 6926350

E [info@jggv.nl](mailto:info@jggv.nl)

W [www.jggv.nl](http://www.jggv.nl)



