

Hei alle elever og foresatte på 5.trinn.

Vi synes det er fint å være sammen med barna deres på skolen med tema psykologisk førstehjelp. Tema i dag har vært tankekraft, og barna har kommet med mange gode innspill underveis. Vi har sett film og hatt flere rollespill underveis.

Undervisningen i psykologisk førstehjelp er delt inn i fire temaer:

1: Følelser 2: Tanker 3: Mestring 4: Støtte.

For hvert tema er det en tilhørende digital hjemmeoppgave både til foresatte, elev og lærer. Det ble ved en misforståelse sendt ut hjemmeoppgaven først på fredag i forrige uke. Vi har snakket med elevene om dette i dag, og vist forståelse for at hjemmeoppgaven dermed ikke er utført. Vi håper at dere kan bruke litt tid på del 1 og del 2 til neste mandag. Det er korte sekvenser med noen oppgaver i hvert tema.

Ved å bruke litt tid på dette sammen med barna blir det en felles forståelse for hva psykologisk førstehjelp handler om. Gjennom en slik felles forståelse blir det lettere for dere som foreldre å møte barna i ulike utfordrende situasjoner i hverdagen, og barna vil få den sorteringshjelpen de trenger.

**Hjemmeoppgaven denne uken blir tema 1: Følelser og tema 2: Tanker. Linkene ble lagt ut på fredag 18.03**

Neste undervisningstime er mandag 28.04.

Jeg er tilgjengelig på mail og telefon om det er spørsmål rundt dette.

Hilsen Liv og Marianne