

Steenwijk, november 2014

**Betreft: Rots & Water: programma voor sociaal-emotionele ontwikkeling**

Geachte ouder / verzorger,

Op de RSG Tromp Meesters wordt als extra begeleiding een trainingsprogramma voor sociaal-emotionele ontwikkeling aangeboden.

In onze moderne, complexe maatschappij waar mensen dagelijks worden geconfronteerd met keuzes en voortdurend worden gebombardeerd met een stroom van informatie via televisie, internet, muziek, magazines, reclames etc. is het van groot belang dat een sterke identiteit wordt opgebouwd en goede sociale vaardigheden worden ontwikkeld.

Een school is een instituut waar kinderen veruit de meeste tijd doorbrengen en is daarom bij uitstek geschikt om kinderen bij te staan in hun sociaal-emotionele ontwikkeling. Rots & Water wordt dan ook op vele scholen ingezet en veelvuldig toegepast binnen de jeugdhulpverlening.

Rots & Water kan beschouwd worden als een sociale vaardigheidstraining, weerbaarheidsprogramma, maar dan één dat zich onderscheidt van andere programma's door zijn meervoudige doelstelling en het brede pedagogisch perspectief. De ontwikkeling van de fysieke weerbaarheid is niet alleen doel op zich maar is vooral ook middel om mentale en sociale vaardigheden te ontwikkelen. Rots en Water heeft als doel het verbeteren van *zelfbeheersing, zelfreflectie, zelfvertrouwen en communicatieve en sociale vaardigheden*. Daarnaast zijn de preventie van geweld, het leren maken van eigen keuzes en het leren gaan van een eigen weg belangrijke thema's. Het gaat dus om 'hoe gaan we met elkaar om?' en 'wie ben ik en wat wil en kan ik?'

*Het Rots & Waterconcept*

De harde, onwrikbare rotshouding versus de beweeglijke, verbindende waterhouding. Op fysiek niveau betekent dit dat een aanval gepareerd kan worden door hard aangespannen spieren (rots) maar vaak zelfs nog effectiever kan worden opgevangen door een beweeglijk meegaan met de energie van de aanvaller (wateraspect). Op mentaal en sociaal niveau is het mogelijk om binnen een gesprek te kiezen voor een rotsopstelling of een wateropstelling en ditzelfde geldt voor de manier waarop men relaties met anderen onderhoudt. Levenskunst is het vinden van een balans tussen rots- en waterkwaliteiten, tussen samengaan met anderen en het vinden van een eigen weg, vasthoudend aan eigen overtuigingen en gevoel.

*De training wordt gegeven op donderdag het 1<sup>ste</sup> uur in lokaal D01.  
Donderdag 20 nov. is de 1<sup>ste</sup> les.*

Heeft u nog vragen dan kunt u te allen tijde contact opnemen via het telefoonnummer van school of via mijn e-mailadres: [i.r.wessels@rsgtrompmeesters.nl](mailto:i.r.wessels@rsgtrompmeesters.nl)

Met vriendelijke groeten,

*Ivonne Wessels*  
Docent LO-sportklas  
Brugklasmentor  
Trainer Rots & Water