

THE

Counseling

CONNECTION

[jblum@bisdtx.org](mailto:jblum@bisdtx.org)

(512) 772-7651

Parents,

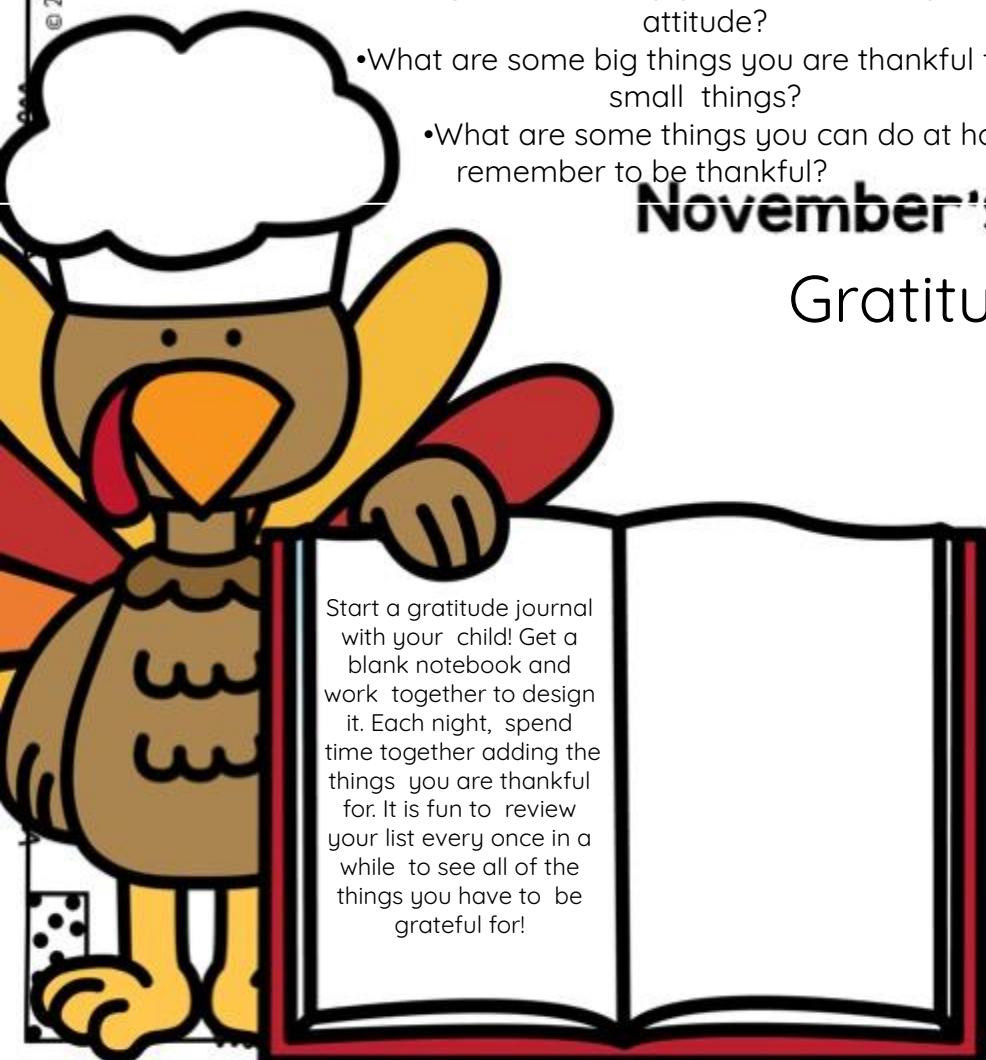
Hello! Here at school, we have been very busy learning about gratitude- what it means, and how we can practice it! Learning happens best when it is done both at school and at

home. Below are many ways that you can help your child continue to learn about the theme of gratitude through reading about it, talking about it, and practicing it! We have really enjoyed exploring this topic at school, and I hope your family will enjoy it just as much! Here are some discussion points to help you talk about gratitude with your child:

- What do you think gratitude means and why is it important?
- How do you think being grateful for what you have can affect your attitude?
- What are some big things you are thankful for? What are some small things?
- What are some things you can do at home and at school to remember to be thankful?

## November's Focus:

### Gratitude



Start a gratitude journal with your child! Get a blank notebook and work together to design it. Each night, spend time together adding the things you are thankful for. It is fun to review your list every once in a while to see all of the things you have to be grateful for!

### Read About It!

- Small Blessings by Erica Becker
- The Thankful Book by Todd Parr
- Bear Says Thanks by Karma Wilson
- Gratitude Soup by Olivia

THE

Counseling

CONNECTION

jblum@bisdtx.org

(512) 772-7651

Padres,

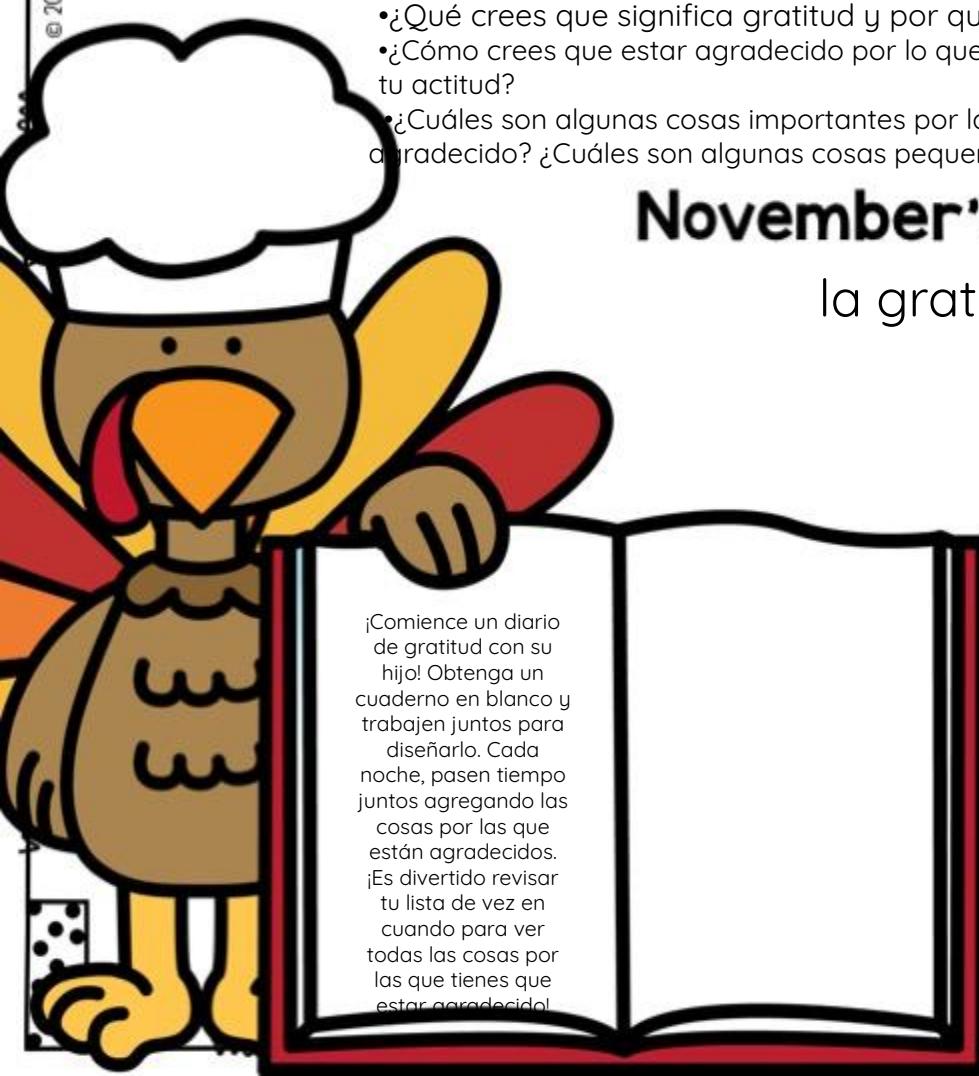
¡Hola! ¡Aquí en la escuela, hemos estado muy ocupados aprendiendo sobre la gratitud, lo que significa y cómo podemos practicarla! El aprendizaje sucede mejor cuando se hace tanto en la escuela como en hogar. ¡A continuación hay muchas maneras en que puede ayudar a su hijo a continuar aprendiendo sobre el tema de la gratitud al leerlo, hablarlo y practicarlo! Hemos disfrutado mucho explorando este tema en la escuela, ¡y espero que su familia lo disfrute tanto!

Aquí hay algunos puntos de discusión para ayudarlo a hablar sobre la gratitud con su hijo:

- ¿Qué crees que significa gratitud y por qué es importante?
- ¿Cómo crees que estar agradecido por lo que tienes puede afectar tu actitud?
- ¿Cuáles son algunas cosas importantes por las que estás agradecido? ¿Cuáles son algunas cosas pequeñas?

## November's Focus:

### la gratitud



¡Comience un diario de gratitud con su hijo! Obtenga un cuaderno en blanco y trabajen juntos para diseñarlo. Cada noche, pasen tiempo juntos agregando las cosas por las que están agradecidos. ¡Es divertido revisar tu lista de vez en cuando para ver todas las cosas por las que tienes que estar agradecido!

### ¡Lee sobre ello!

- Pequeñas bendiciones por Erica Becker
- El libro agradecido por Todd Parr
- Oso dice gracias por Karma Wilson