

Kleine **GROTE** Gesprekken

Kleine boeken om met jonge kinderen te praten over GROTE onderwerpen



Ik mag JA en NEE zeggen

Over toestemming en lichaamsgrenzen

auteur: Jayneen Sanders illustraties: Cherie Zamazing

Dit is mijn lijf.

En mijn lijf is van mij!



Niemand mag zomaar binnen
mijn *lichaamsgrens* komen.

Ze moeten dat eerst
aan mij vragen.

Ik mag *JA* zeggen
en ik mag *NEE* zeggen.

Krijg ik
een kus?

Nee, dank je.
Ik wil je wel
een high five
geven!

De serie **Kleine GROTE Gesprekken** is geschreven om ouders, verzorgers en opvoeders te helpen bij het voeren van open en leeftijdsadequate gesprekken met jonge kinderen over belangrijke en soms ook 'moeilijke' onderwerpen. Deze serie is geschikt voor kinderen van 2 tot en met 6 jaar. In elk boek zijn gespreksvragen opgenomen.

De Australische Jayneen Sanders is een ervaren auteur, leerkracht en moeder van drie kinderen. Ze is een gepassioneerd voorvechter van het versterken van de eigen kracht van kinderen. Sanders wil dit bereiken door met kinderen in gesprek te gaan over sociale en emotionele thema's, respectvolle relaties en persoonlijke lichaamsveiligheid.

De serie **Kleine GROTE Gesprekken** bestaat uit 12 boeken:

Zo voel ik mij

Iedereen is gelijk

Mijn vertrouwensteam

Ik blijf het proberen

Elk gezin is anders

Ik luister naar mijn lijf

Ik begrijp hoe jij je voelt

Allemaal verschillende mensen

Mijn lijf is van mij!

Ik ben kalm

Ik mag JA en NEE zeggen

Ik bewaar geen geheimen



BAZALT GROEP

shop.bazalt.nl



9 789461 183385

Kleine GROTE Gesprekken

Kleine boeken om met jonge kinderen te praten over GROTE onderwerpen



Wat zijn er veel verschillende
soorten mensen in onze
wereld!



Sommige mensen dragen
een hoofddoek.



En sommige mensen
dragen danskleding
met felle kleuren.

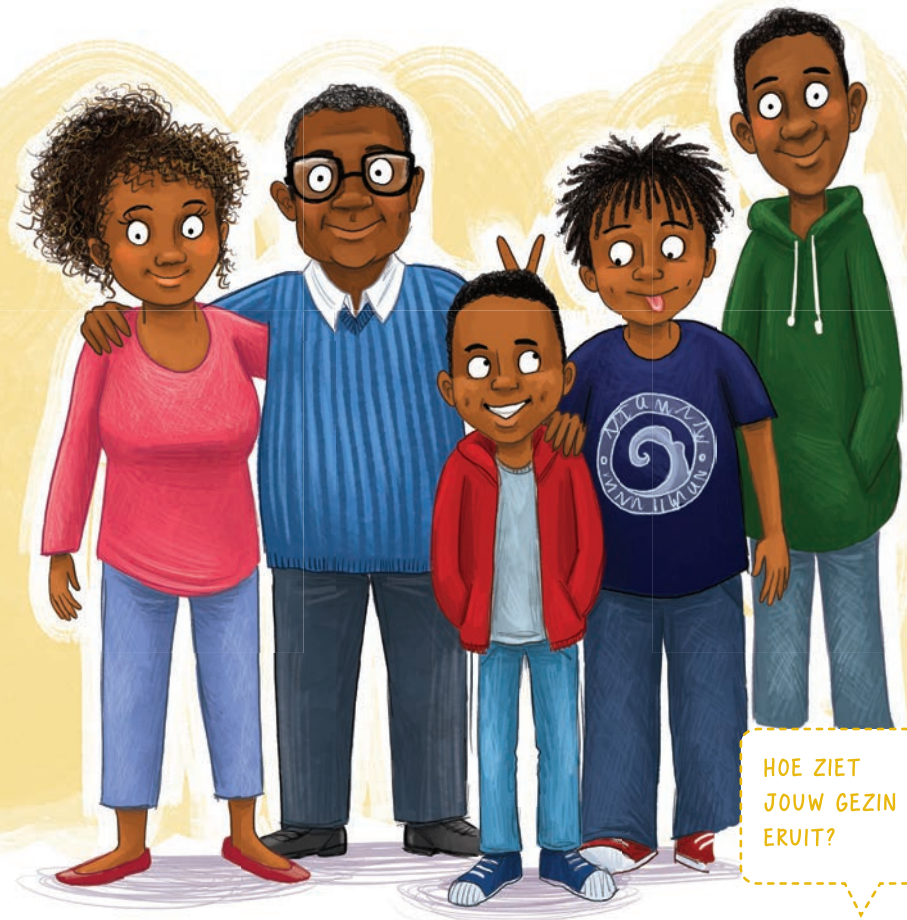


En sommige mensen vertellen
verhalen aan hun kinderen over
het land waarin ze wonen.



Elk gezin is anders.

Mijn gezin zal dus anders
zijn dan jouw gezin.



HOE ZIET
JOUW GEZIN
ERUIT?

Sommige gezinnen
zijn groot.



Andere gezinnen zijn klein.

Jun speelt het liefst met de roze auto!



Ik hou van mijn
vrienden. We zijn
allemaal *anders* en
toch ook *hetzelfde*.

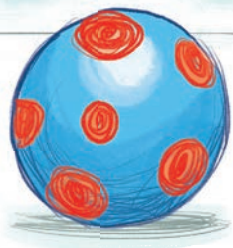
We lijken veel
op elkaar.



Wat kun je doen als je ziet
dat iemand gevallen is en
zich verdrietig voelt?

Je kunt *aardig* en *zorgzaam*
zijn door te helpen en te vragen
hoe het gaat.

Je zou kunnen zeggen:
"Ik zie dat je hard gevallen
bent. Dat doet vast veel
pijn. Gaat het wel? Kan ik
iets voor je doen?"



Wat kun je doen als iemand nieuw is op jouw school en een beetje verlegen is?

Je kunt *aardig* en *zorgzaam* zijn door de school te laten zien en samen te spelen in de pauze.

Je zou kunnen zeggen:
"Ik weet hoe jij je voelt.
Ik was ook een beetje verlegen toen ik voor het eerst naar school ging.
Wil je met me spelen?"



Soms ga ik stil zitten,
doe mijn ogen dicht en denk
aan een prachtige tuin.

Ik stel me voor dat ik
door mijn tuin loop.
Ik zie zoveel dingen!

Mijn tuin is altijd anders, want
ik bedenk steeds nieuwe dingen.



HOE ZIET JOUW
TUIN ERUIT?

HEB JE ZIN OM
JOUW TUIN TE
TEKENEN?

Ik vind het heerlijk om op het strand
te wandelen met mijn vader.

We lopen rustig langs het water.

We luisteren naar het geluid
van de zee.

We kijken naar de vogels die
boven de golven vliegen.

We ruiken de zoute zeelucht.

We voelen het zand
tussen onze tenen.

Dit is ook *mindfulness*!



ZOU JIJ GRAAG EEN
WANDELING OP HET
STRAND OF IN EEN
BOS WILLEN MAKEN
MET GROTE MENSEN
DIE JIJ VERTRUWT?

Vorig jaar hebben we een feest
gegeven voor mijn oma.

Het was een *verrassing*!

Iedereen wist
van het feest,
maar oma niet.



Op oma's verjaardag kreeg
ze dus een grote verrassing!

Het feest was zo leuk!

In mijn familie bewaren we geen
geheimen voor elkaar. Wel leuke
verrassingen, omdat we die ALTIJD
aan elkaar zullen vertellen.



WAT IS DE
GROOTSTE
VERRASSING
DIE JIJ OOI
GEKREGEN HEBT?

Toen ik klein was, vond ik het
moeilijk om te leren lopen.

Ik viel heel vaak.

Maar ik stond altijd op en
probeerde het nog een keer.



Nu kan ik lopen, hinkelen,
rennen EN springen!



WAT VIND JIJ
MOEILIJK?

Soms wil ik het
opgeven* als ik
iets nieuws probeer,
zoals mijn veters
strikken of fietsen.

Dan denk ik: 'Dit gaat
mij NOOIT lukken!'

**Als je het wilt opgeven, wil je
ermee stoppen. Je vindt iets dan
zo moeilijk, dat je het niet nóg
een keer wilt proberen.*



Wist je dat jouw lijf
heel slim is? Als jij
je niet veilig voelt,
zal jouw lijf je
waarschuwen.

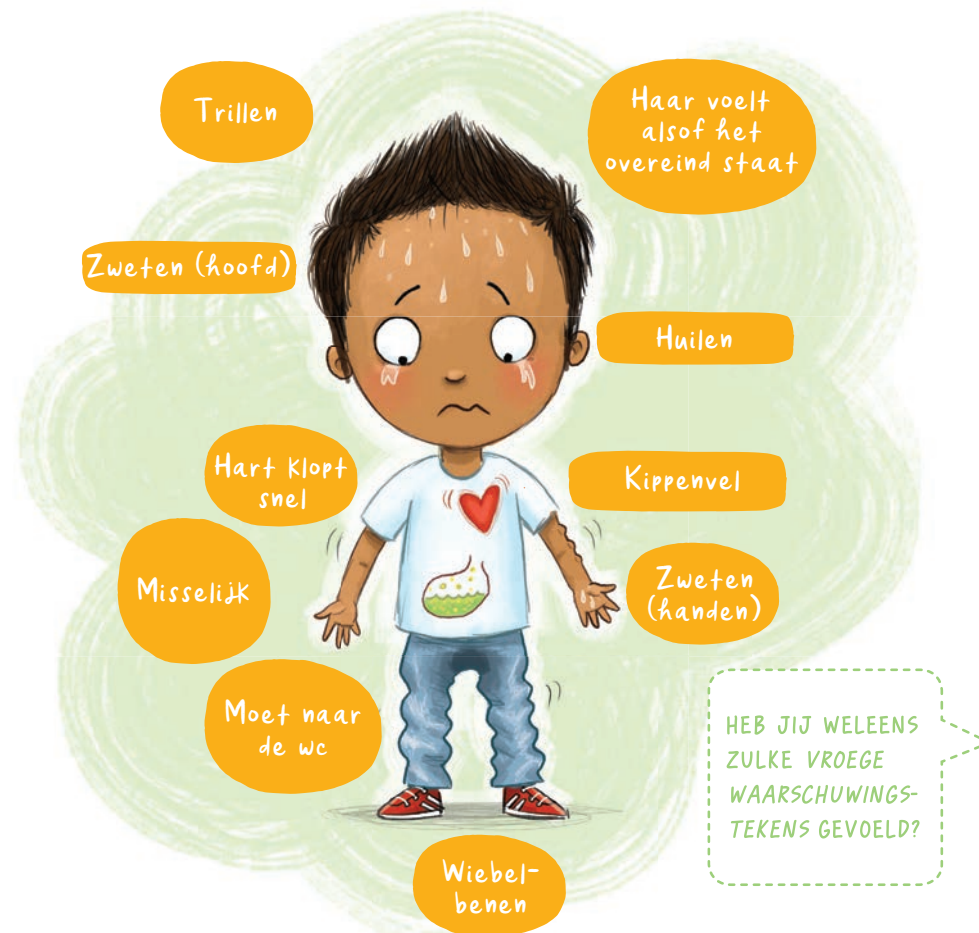
WANNEER VOEL
JIJ JE VEILIG?
WANNEER VOEL
JIJ JE NIET
VEILIG?



Er zijn veel verschillende
vroeg­waarschuwingstekens.

Je kunt éé­ van jouw vroeg­waarschuwingstekens voelen,
maar ook twee of een heleboel.

Kijk, deze jongen heeft
een heleboel vroeg­waarschuwingstekens.



De delen van jouw lijf die *privé* zijn,
zijn alleen van jou.

Deze *privédelen* zitten
onder je onderbroek,
hemd, badpak, bikini
of zwembroek.



Soms moet een dokter jouw
lijf onderzoeken en daarbij
ook jouw *privédelen* aanraken.

Dit is alleen oké als er
iemand bij je is die in jouw
vertrouwensteam zit.

Voordat de dokter jou
aanraakt, moet de dokter
altijd eerst *toestemming*
vragen aan de grote
mensen die bij jou zijn.



Dit is mijn vertrouwensteam.

Voor een vertrouwensteam
mag je 3, 4 of 5 grote mensen
kiezen die je vertrouwt.

Deze mensen heb ik
zelf uitgekozen.



mama



Mijn vertrouwensteam

meester Sandos



opa

tante Carla

WAT DENK
JIJ DAT
VERTROUWEN
BETEKEN?

De grote mensen die in
mijn vertrouwenteam
zitten, zullen naar
mij luisteren.

En ze zullen
mij geloven.



Iedereen heeft *gevoelens*.

Soms voelen we ons blij.



En soms voelen we ons verdrietig.



Soms hebben we *gevoelens* en weten we niet *waarom* we ons zo voelen.

En soms kunnen *gevoelens* ervoor zorgen dat je

- je zorgen maakt,
- je niet gelukkig voelt
- of je niet veilig voelt.

Als dat zo is, praat dan meteen met iemand die jij vertrouwt en naar je zal luisteren.

