



Hoofdstuk 1

Over de MUIS,
het MONSTER
en JIJ

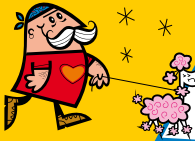
pagina 3



Hoofdstuk 2

Jouw KRACHT
en TALENT

pagina 11



Hoofdstuk 3

RECHTEN en
VERANTWOORDELIJKHEDEN

pagina 23



Hoofdstuk 4

VRAGEN om
wat je wilt

pagina 39



Hoofdstuk 5

NEE zeggen

pagina 45



Hoofdstuk 6

KRITIEK

pagina 51



Hoofdstuk 7

COMPLIMENTEN

pagina 63



Hoofdstuk 8

JEZELF zijn

pagina 73

Over...

de

MUIS

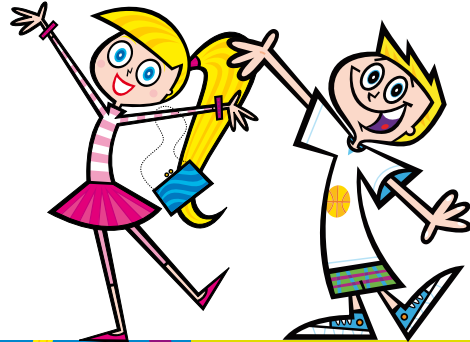


het

MONSTER

en

JIJ



Dit boek gaat niet echt over muizen en monsters.

Het gaat over **JOU** en hoe je je soms gedraagt als een **MUIS**



en soms als een... **MONSTER**.



En... het gaat over hoe je minder een **muis** kan lijken en minder een **monster**...

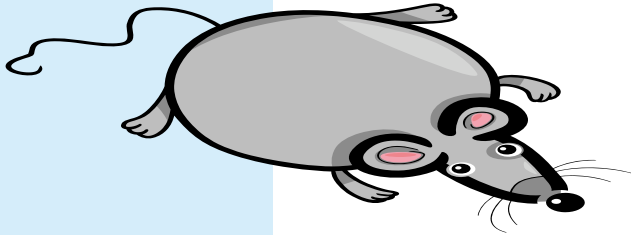


... en meer **JEZELF**.



MU:ZEN

*zijn klein
en schattig.*



En mensen die zich net zo gedragen als een muis, die zijn soms zóóóó aardig, dat anderen gewoon **over hen heenlopen**.

Soms worden die **MU:ZEN** helemaal **platgewalst**.

MU:ZEN zijn vaak een beetje:
verlegen, timide, bang,
afwachtend, klein...

**Weet jij nog meer
omschrijvingen?**

MONSTERS, dat is een ander verhaal.

Die zijn meestal **niet zo** vriendelijk, grappig of leuk.

Misschien ken jij wel een paar coole monsters,
maar mensen die zich als een monster gedragen
zijn echte **lompe muizen-stampers**.

Mensen-monsters zijn **vervelend**

om in je buurt te hebben.

MONSTERS zijn meestal nogal:
bedreigend, gemeen, dwingend, agressief...



Gggrrroommm

Natuurlijk zijn niet alle mensen **MUIZEN** of **MONSTERS**.

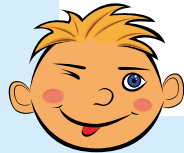
De meeste mensen zijn gewoon zichzelf:

... **VRIENDELIJK** ...

... *eerlijk* ...

... *attent* ...

... **gezellig** ...



jij natuurlijk ook...



Toch kun je nog heel wat leren:

**Leren om nog
meer jezelf te zijn
en nog meer van
jezelf te houden.**



In dit boek staan wat goede ideeën over hoe je **jezelf** kan zijn:

... **STERK EN MOEDIG**

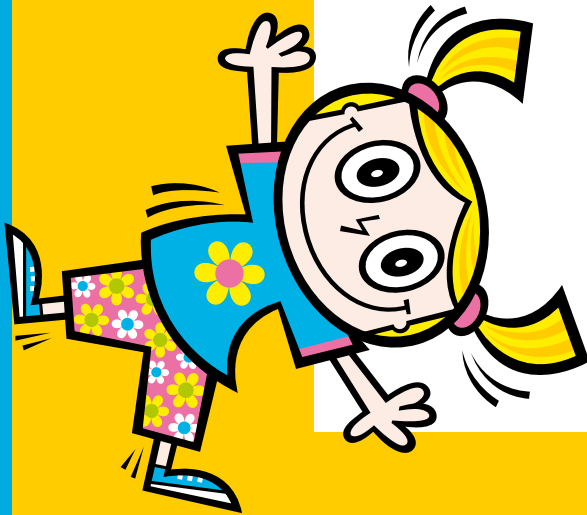
... *Rechten en
verantwoordelijkheden*

... vragen om wat Je wilt

... **Kritiek**

... **Complimenten**

... **Jezelf zijn**



Ruimte voor een zelfportret

