

# 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?

8

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

9

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 gepassioneerde 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

EIK 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.

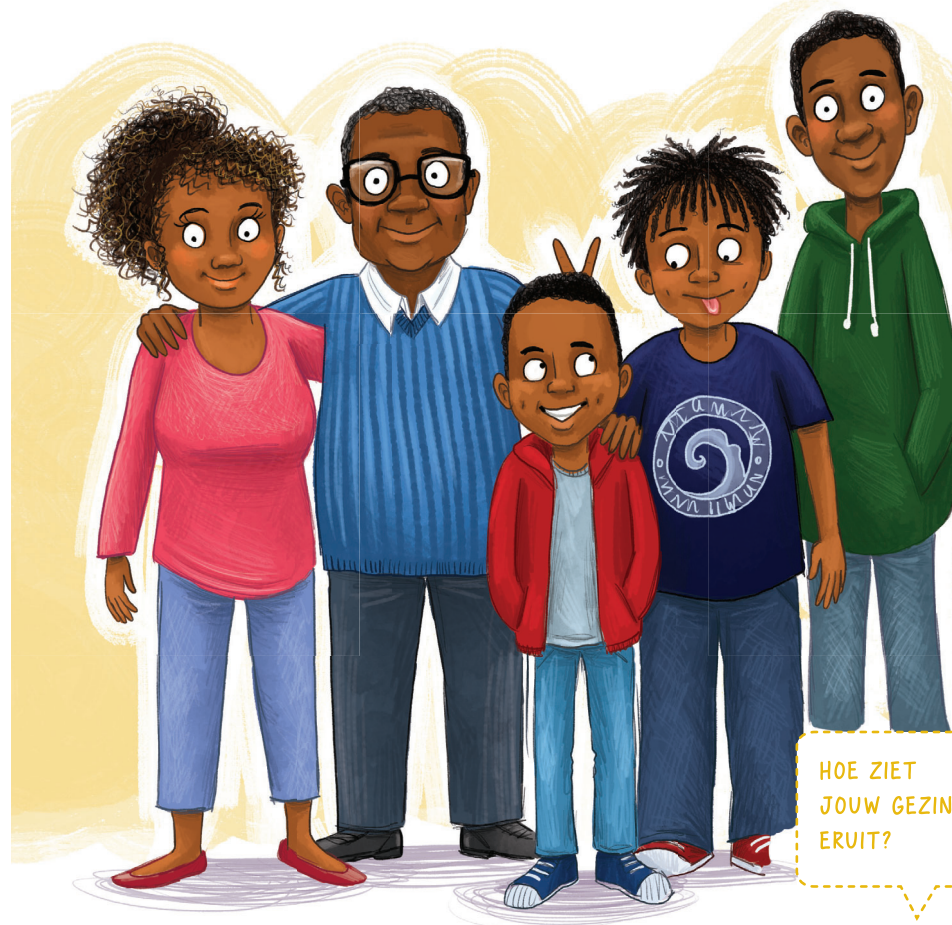


En sommige mensen vertellen verhalen aan hun kinderen over het land waarin ze wonen.



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.

We spelen graag met de auto's en de dinosaurussen op de speeltafel.

Theodoor vindt de rode auto het mooist. Mijn lievelingsauto is blauw.

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.

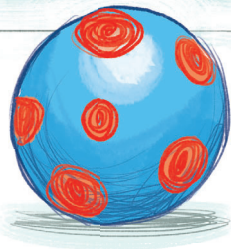


WELKE DINGEN  
ZIJN HETZELFDE  
TUSSEN JOU EN  
JE VRIENDEN?

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 MOEILIK?

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.



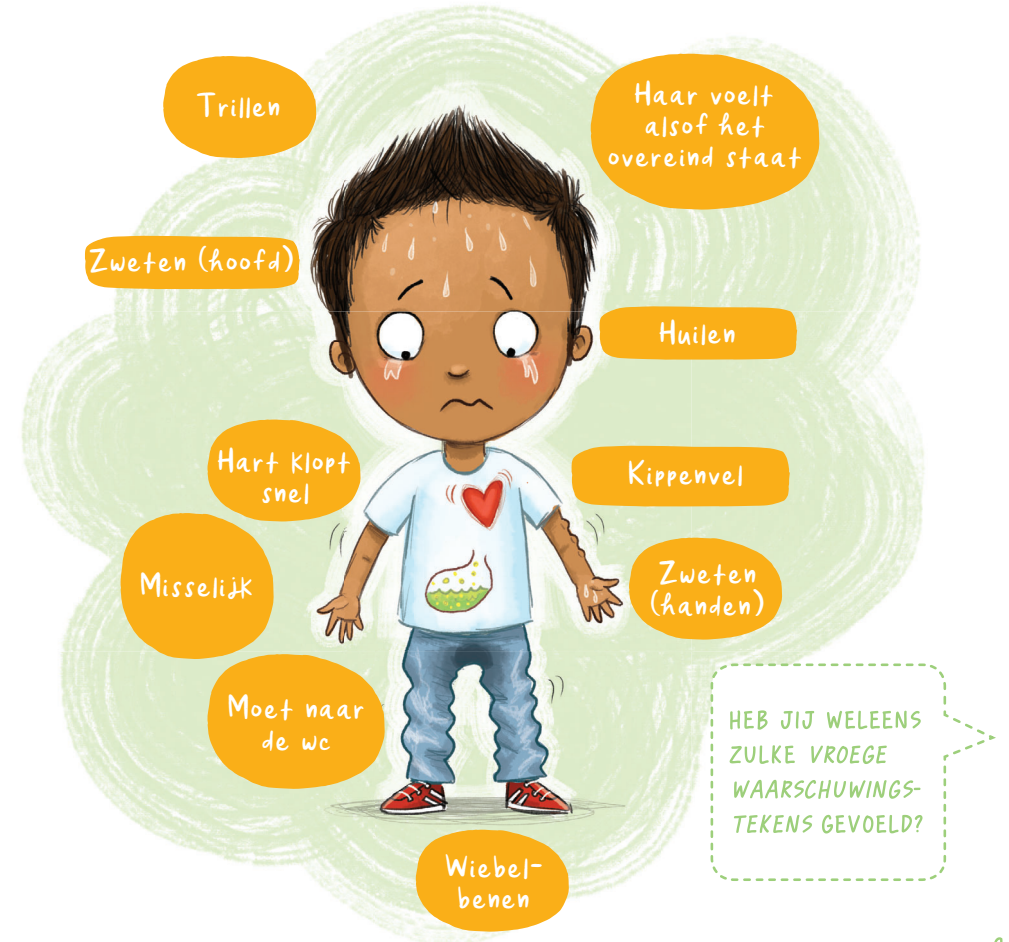
WANNEER VOEL  
JIJ JE VEILIG?  
WANNEER VOEL  
JIJ JE NIET  
VEILIG?



Er zijn veel verschillende  
vroeg waarschuwingstekens.

Je kunt één van jouw vroeg  
waarschuwingstekens voelen,  
maar ook twee of een heleboel.

Kijk, deze jongen heeft  
een heleboel vroeg  
waarschuwingstekens.



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.

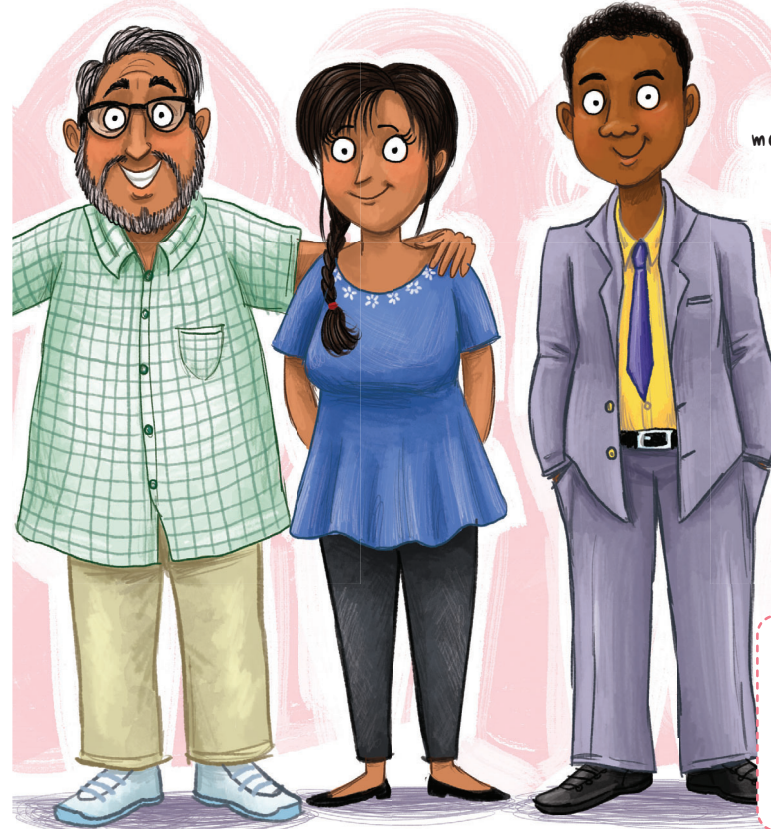


mama



## Mijn *vertrouwensteam*

meester Sandos



opa

tante Carla

WAT DENK  
JIJ DAT  
VERTROUWEN  
BETEKEN?



De grote mensen die in  
mijn *vertrouwensteam*  
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.

