



MIJN BRUS-BOEKJE

Over mij. Thuis en op school.

Dit invulboekje is van: _____



Inhoudsopgave

Intro	4
Zullen we beginnen?	5
Mijn familie	7
Bij mij thuis	8
Mijn broer of zus	9
Zo ziet mijn dag eruit	11
Mijn weekend	12
Mijn 3 wensen	13
Mijn gevoelens	15
Wat maakt mij blij?	17
Als ik verdrietig ben	18
Als ik bang ben	19
Als ik boos ben	20
Kleurplaat	21
Een fijne herinnering	22
In de klas	23
Wie mag mij helpen?	24



WAAROM DIT BOEKJE?

Dit boekje is voor jou. Je mag erin tekenen, schrijven en kleuren. Soms is het thuis anders als je broer of zus ziek is. Je maakt dan veel mee. Leuke dingen, maar ook moeilijke dingen.

Misschien denk je veel na. Of voel je van alles tegelijk. In dit boekje mag je laten zien hoe het met je gaat. Er is geen goed of fout. Dit boekje kan de juf of meester helpen om jou beter te begrijpen.





ZULLEN WE BEGINNEN?

IK BEN BENIEUWD NAAR JOU!



Dit ben ik



Ik ben jarig op

De naam van mijn school is

Ik hou van

Hobby's

Dit wil ik later worden

Ik hou niet van

Mijn vrienden



Deze mensen zijn belangrijk voor mij



Mijn lievelingsdier



Mijn lievelingseten

Dit speel ik het liefst

Mijn grootste wens

Wat ik nog wil vertellen

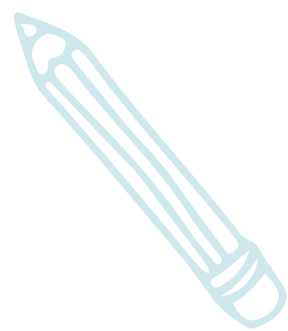
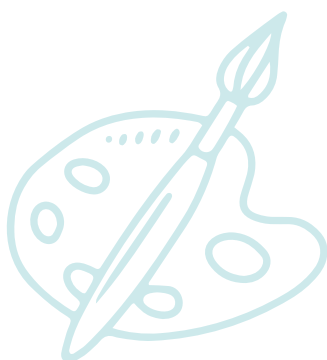
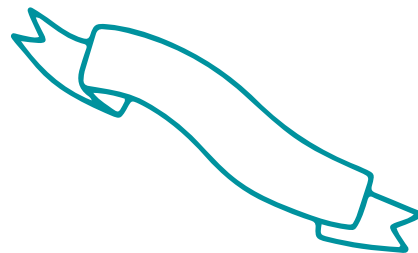


OPDRACHT

MIJN FAMILIE

Dit is mijn familie

Wie wonen er bij jou thuis? Teken iedereen die bij jouw gezin hoort. Dit mogen mensen zijn, maar ook huisdieren of iets of iemand anders die voor jou belangrijk is.



BIJ MIJ THUIS

Ik woon in een (Flat / Huis / Boot / Twee huizen / Anders...)



Ik woon daar met



Onze huisdieren



Deze mensen zijn ook vaak bij mij

MIJN BROER OF ZUS

Hoeveel broers of zussen heb je? En hoe heten ze?



Wat vind je het leukst om met je broer(s) of zus(sen) te doen?



VERHAAL



Het is best moeilijk om een zieke broer of zus te hebben. Soms voelt mijn zus zich zo slecht dat ik niet met haar kan zijn, en dat vind ik heel jammer. Maar dan denk ik aan de leuke momenten, bijvoorbeeld toen we een hut gingen bouwen! Als ik daaraan denk krijg ik altijd een lach op mijn gezicht.

Wat vind je moeilijk aan dat je een broer of zus hebt die ziek is?

Met wie praat jij graag over je zieke broer of zus? Wie luistert goed naar jou?

**Denk je soms hoe het zou zijn als je broer of zus niet ziek was?
Wat zou er dan anders zijn?**

ZO ZIET MIJN DAG ERUIT

Ik sta om uur op en dan ga ik:



Dan voel ik mij vaak

Hoe komt dat?

Als ik klaar ben met school ga ik:



Dan voel ik mij vaak

Hoe komt dat?

Na het avondeten ga ik:



Dan voel ik mij vaak

Hoe komt dat?

MIJN WEEKEND

Ik sta om uur op en dan ga ik:



Dan voel ik mij vaak

Hoe komt dat?

In het weekend ga ik vaak:



Dan voel ik mij vaak

Hoe komt dat?

Na het avondeten ga ik:



Dan voel ik mij vaak

Hoe komt dat?

MIJN 3 WENSEN - Teken of schrijf over je grootste wensen

Denk eens aan iets wat jij later graag zou willen. Dat mag een droom zijn, een wens, of iets waar je op hoopt. Je mag het tekenen, kleuren of schrijven. Alles is goed!

Wens 1



Wens 2



Wens 3

Emma, 8 jaar

Mijn zus krijgt vaak cadeautjes als ze in het ziekenhuis is geweest. Dat snap ik. Maar soms ben ik een beetje jaloers. Mama zegt dat dat mag. Soms krijg ik daarna samen-tijd met mama. Dan drinken we gezellig samen thee en praten we.

Lucas, 7 jaar

Soms gaat mijn mama met mijn broer naar het ziekenhuis. Dan brengt papa mij naar school. Iedereen vraagt dan hoe het met mijn broer gaat. Bijna niemand vraagt hoe het met mij gaat. Mijn juf doet dat wel. Dat vind ik fijn.



Hoe voel ik me vandaag?



Blij - Boos - Bang - Verdrietig

Hoe voel ik me meestal?

Blij - Boos - Bang - Verdrietig





☆

Gevoel	Op school	Thuis
Blij		
Boos		
Bang		
Verdrietig		

e

WAT MAAKT MIJ BLIJ?

Soms voel ik me blij. Dan lijkt het alsof alles net wat lichter en makkelijker gaat. Ik merk dat ik meer zin heb om te praten, te lachen of iets actiefs te doen. Soms komt dat door iets groots, soms gewoon door iets kleins.

Waar word ik blij van?

Op school voel ik me blij als

Op deze plek in de klas of op school voel ik me fijn

ALS IK VERDRIETIG BEN

Ik ben wel eens verdrietig. Dat voel ik in mijn buik. Of in mijn keel. Dan wil ik niet praten. Of juist heel veel. Soms moet ik huilen. Gewoon, zomaar. En soms wil ik me verstoppen onder een deken. Verdrietig zijn is niet gek. Iedereen is weleens verdrietig.



In de klas voel ik me verdrietig als



Wat kan de juf of meester doen als jij verdrietig bent op school?

Misschien helpt het als ze even met je praten. Of misschien wil je gewoon even rustig zitten. Teken of schrijf op wat jij fijn vindt:



Wat helpt mij als ik verdrietig ben?

knuffelen - spelen - tekenen - praten - alleen zijn - iets anders:



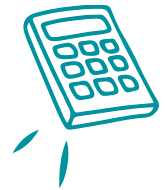
Wat kan de juf, meester en de rest van de klas doen als ik verdrietig ben?

ALS IK BANG BEN



Als ik denk aan mijn broer of zus die ziek is, dan ben ik soms bang voor

Als ik bang ben, kan je dat zo aan mij zien



Wat zou je graag willen als je bang bent? Wat heb je dan nodig?



Zo kan de juf of meester mij helpen als ik bang ben

Ik hoor vaak dat ik er stoer uitzie. Alsof ik alles wel aan kan.

Maar eigenlijk ben ik best vaak bang. Bijvoorbeeld als mijn broer weer naar het ziekenhuis moet, of als ik niet weet wat er gaat gebeuren.

Ik laat het niet altijd merken, maar van binnen voel ik het wel. Maar dat is niet erg. Stoer zijn betekent niet dat je nooit bang mag zijn.



ALS IK BOOS BEN

Soms word ik boos. Dan voel ik van alles tegelijk. Soms wil ik schreeuwen, soms juist niks zeggen. Het helpt om te bewegen, iets op te schrijven of even stil te zijn.

Ik voel me meestal boos als

Wat kan de juf of meester doen als jij bang bent op school?

Kan de juf of meester aan jou zien dat je boos bent? Misschien helpt het als de juf of meester even naast je komt zitten. Schrijf of teken wat jij fijn vindt.



Wat helpt mij om rustig te worden als ik boos ben?



Wat wil ik dat mijn juf, meester of klas doet als ik boos ben?



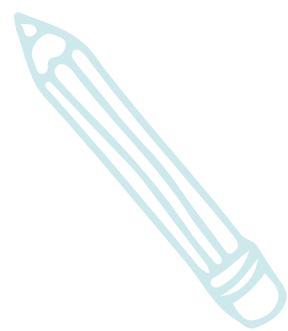
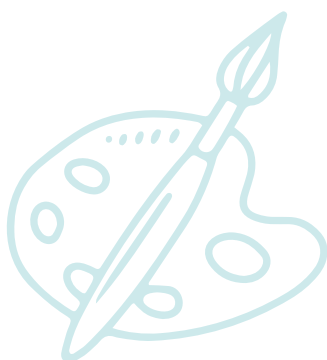
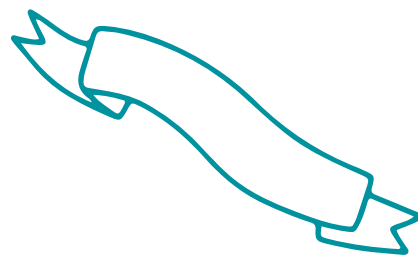
Sam, 10 jaar

Soms vind ik het fijn als de kinderen in mijn klas weten dat mijn broer of zus ziek is. Dan snappen ze beter waarom ik soms stil ben of verdrietig. Of waarom ik misschien even niet mee wil spelen. Als de andere kinderen het weten, kunnen ze extra lief voor me zijn. En dat voelt fijn.



Een fijne herinnering

Teken of schrijf een leuk moment met je broer of zus.





Wil ik de klas laten weten dat mijn broer of zus ziek is?



Zo ja, hoe zou ik de klas willen vertellen over mijn zieke broer of zus?



Hoe kan de juf of meester mij hierbij helpen?



Dani, 8 jaar

Mijn broer kan niet alles wat andere kinderen kunnen. Maar hij kan wél heel goed grapjes maken. Als hij lacht, moet ik ook lachen. Ik ben trots op hem. Op school vertel ik soms over hem.





Wie mag mij helpen?

De juf of meester / Papa / Mama / Broer / Zus / Vriendjes / Anders



Zo kan de juf of meester school voor mij fijner maken



Op deze momenten moet ik soms aan thuis denken tijdens school



Zoë, 7 jaar

Mijn juf weet dat mijn zusje ziek is. Als ik stil ben, komt ze even naast me zitten. Dan hoef ik niks te zeggen. Dat helpt al.

GOED BEZIG!



Je bent bij de laatste bladzijde. Je hebt dingen opgeschreven, getekend en nagedacht. Soms is dat best moeilijk, maar je hebt het toch gedaan.

Je mag het boekje aan de juf of meester geven.
Dan kijken jullie er samen nog eens naar.

Wil je later iets veranderen? Dat mag altijd.



