

ΓΙΑ ΤΟ ΣΩΜΑ ΜΟΥ
αποφασίζω
ΕΓΩ!

ΜΙΛΑΜΕ ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΓΙΑ...

το σώμα μας

7η ΕΚΔΟΣΗ



Τζέινίν Σάντερς

Μετάφραση: Ράνια Μπουμπουρή

Συναισθήματα

Όλοι οι άνθρωποι έχουν συναισθήματα. Το ίδιο κι εσύ, το ίδιο κι εγώ.

Όταν είμαι χαρούμενη, μέσα μου απλώνεται μια υπέροχη αναστάτωση και μια ζεστασιά! Άλλες φορές θέλω ν' αρχίσω το τραγούδι. Άλλες φορές, πάλι, θέλω να το ρίξω στον χορό.



Εσένα τι σ' αρέσει να κάνεις όταν νιώθεις χαρά;

Αλλά μερικές φορές νιώθω στενοχωρημένη
και θέλω να βάλω τα κλάματα.

Όταν είμαστε στενοχωρημένοι, κλαίμε.
Γι' αυτό υπάρχουν τα δάκρυα.



Εσένα τι σε στενοχωρεί;



Αυτό το κορίτσι νιώθει θυμό.



Γιατί νομίζεις
ότι είναι θυμωμένο;
Εσένα τι σε κάνει
να θυμώνεις;

Αυτό το αγόρι νιώθει φόβο.



Γιατί νομίζεις
ότι φοβάται;
Εσένα τι σου
προκαλεί φόβο;



Αυτό το αγόρι νιώθει περηφάνια.



Γιατί νομίζεις ότι
είναι περήφανο;
Εσένα τι σε κάνει
να νιώθεις περηφάνια;



Ενημερώστε τα παιδιά και ενδυναμώστε τα ψυχολογικά διαβάζοντάς τους αυτό το βιβλίο για τη σωματική τους ασφάλεια.

Είναι γραμμένο με τρόπο κατάλληλο για την ηλικία τους, ώστε να μάθουν για:

- τα αισθήματα ασφάλειας και ανασφάλειας
- τα Πρώτα Σημάδια Ανησυχίας
- το «Δίκτυο Ασφαλείας»
- τα απόκρυφα μέρη του σώματος
- τα ασφαλή ή όχι αγγίγματα
- τη διαφορά ανάμεσα στα μυστικά και στις εκπλήξεις
- τον σεβασμό στα όρια των άλλων.

Τα παιδιά θα βρουν τη δύναμη να πουν δυνατά και καθαρά:

**«Αυτό είναι το σώμα ΜΟΥ!
Στο σώμα μου έχω τον ΕΛΕΓΧΟ εγώ!»**



Περιλαμβάνεται παράρτημα με θέματα συζήτησης για γονείς, παιδαγωγούς και όσους ασχολούνται με τη φροντίδα παιδιών.

Η Τζεϊνίν Σάντερς είναι έμπειρη συγγραφέας και δασκάλα, μητέρα τριών παιδιών, υπέρμαχος της ενημέρωσης για τη σωματική ασφάλεια των παιδιών και της ψυχολογικής ενδυνάμωσής τους.

ΣΤΗΝ ΙΔΙΑ ΣΕΙΡΑ ΚΥΚΛΟΦΟΡΟΥΝ:



www.minoas.gr

