

*Eine Geschichte
über Selbstliebe*

Groß



VASHTI HARRISON

*Eine Geschichte
über Selbstliebe*

Gros



Vashti Harrison

Übersetzt von Emilene Wopana Mudimu

Zuckersüß
VERLAG

Es war einmal ein Mädchen mit
großem Lachen und großem Herzen.
Und sehr großen Träumen.



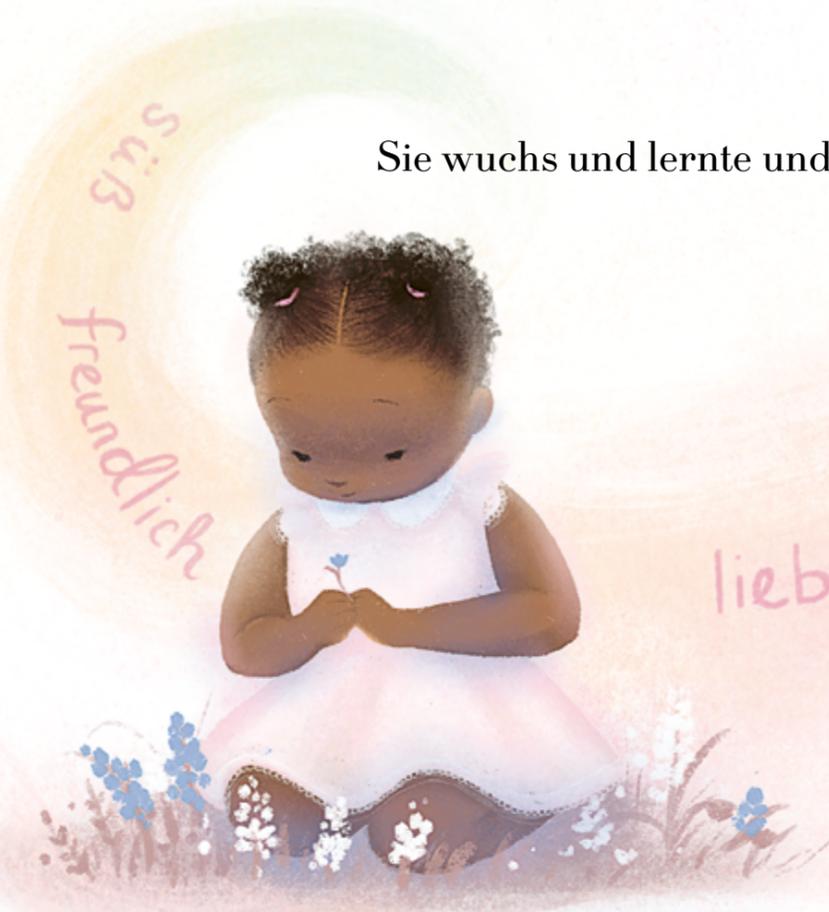
Sie lernte das ABC und zu zählen.
Sie sagte immer *Danke* und *Bitte*
und räumte sogar ihr ganzes Spielzeug auf.

Beim Abendessen aß sie ihren Teller leer.
„Was für ein großes Mädchen du doch bist!“,
sagten die Erwachsenen dann.
Und das war gut so.



Sie wuchs und lernte und lachte und träumte ...

... und wuchs und wuchs und wuchs.



Mitfühlend
einfallsreich

frei
fröhlich

anmutig
flink

Und das war gut ...

... bis es das nicht mehr war.



Dann geschah etwas Großes.





Du hättest jemandem
wehtun können!

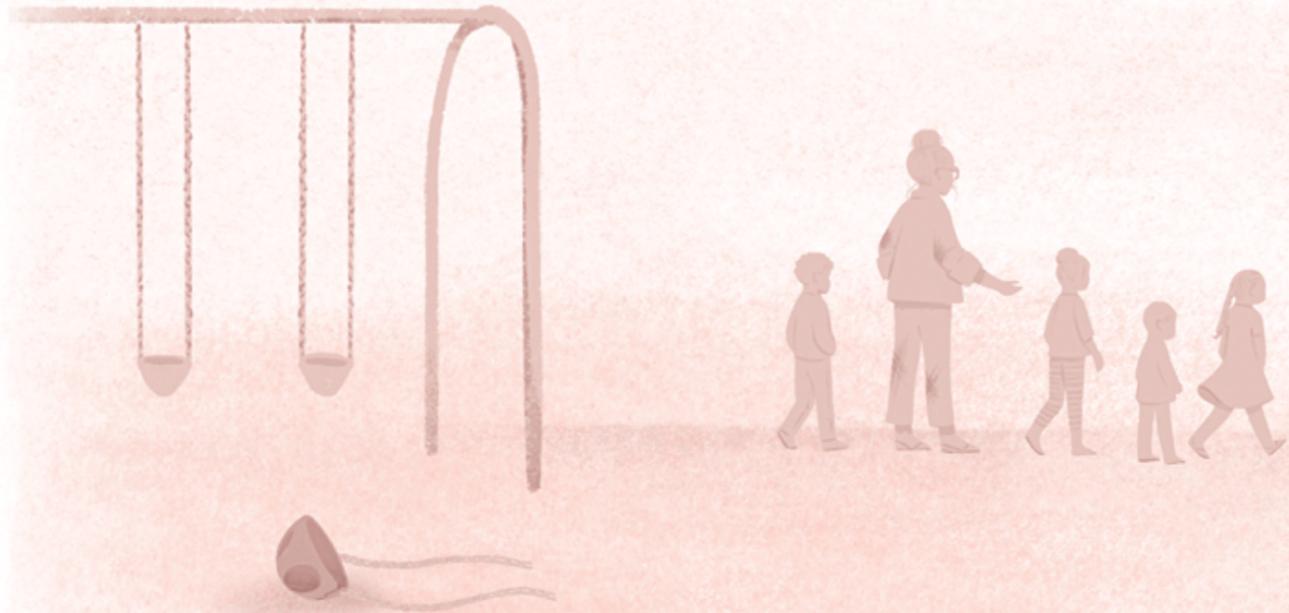
Bist du
nicht zu

dick
Du hättest es
besser wissen
müssen!

dafür?!
Die sind für
dünne Kinder!

Das gibt Ärger!





Dadurch fühlte sie sich klein.



Die Worte taten weh und
ließen sich kaum abschütteln.



Sie fühlte sich ...



... nicht mehr wohl ...

... bewertet ...



... nicht passend ...



... und dennoch unsichtbar.



... bloßgestellt ...



An illustration of a young girl with dark skin and hair in two buns, wearing a pink long-sleeved top and a pink tutu. She is looking at a rack of five dresses in various colors (white, pink, purple, white, pink). A smaller silhouette of a girl stands next to the rack. A speech bubble above the girl in the tutu says "HM ... DAS SIEHT NICHT GUT AUS."

HM ... DAS SIEHT
NICHT GUT AUS.

Alle hatten einen Rat für sie ...

... aber das tat irgendwie auch weh.

An illustration of the same girl in the pink tutu, now wearing a dark blue tutu. A smaller silhouette of a girl is painting the tutu with a brush. A speech bubble above the painter says "VERSUCH STATTDDESSEN MAL DAS!". On the floor are a white bucket labeled "Mausgrau" and a white tray with blue paint.

VERSUCH
STATTDDESSEN
MAL DAS!



DAS PASST
PERFECT ZU DIR!



Das Blumenkostüm passt dir nicht!
Du bist einfach ZU
Wo gehst du hin?

*Was habe ich denn
Falsches gesagt?*

groß!





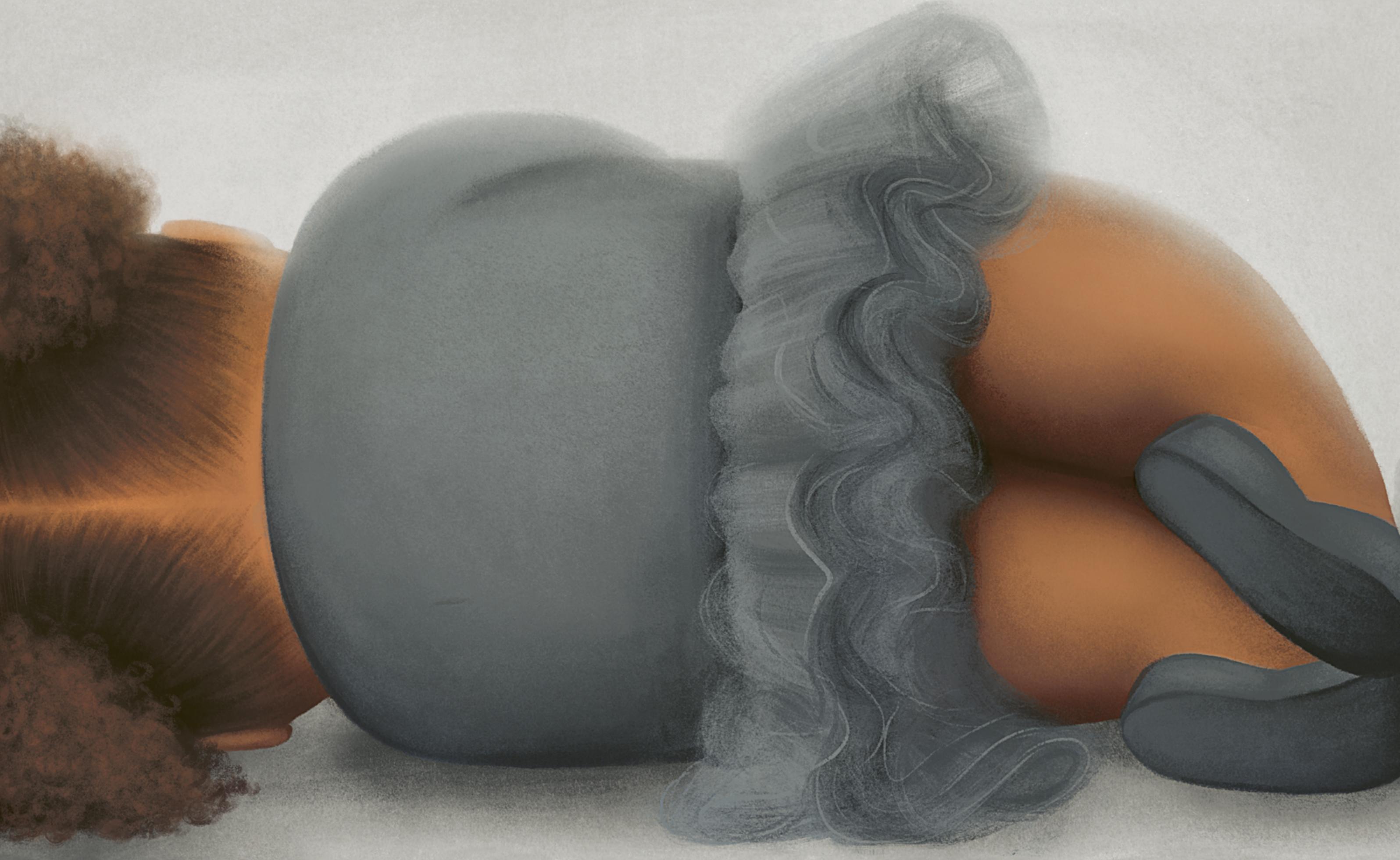


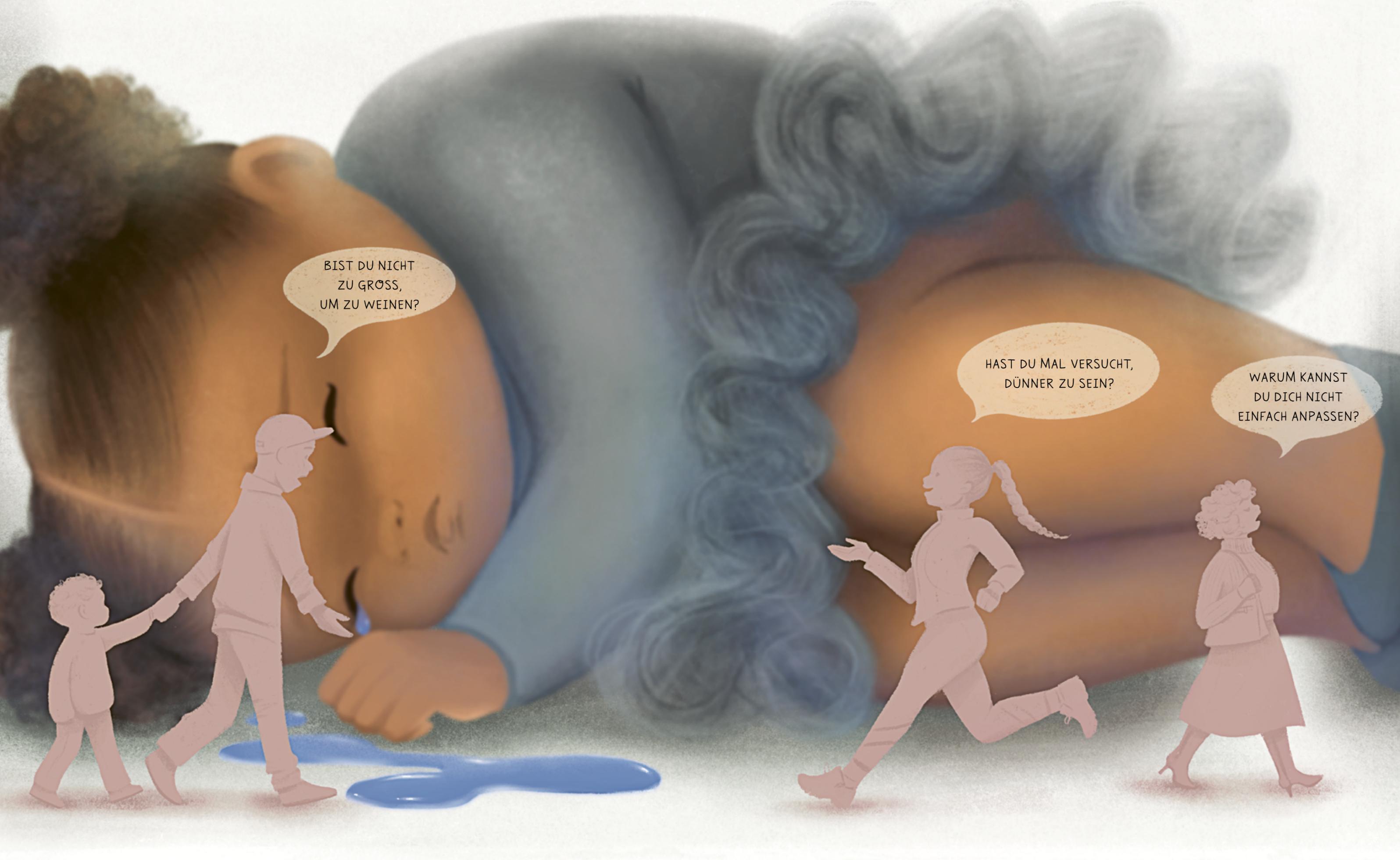










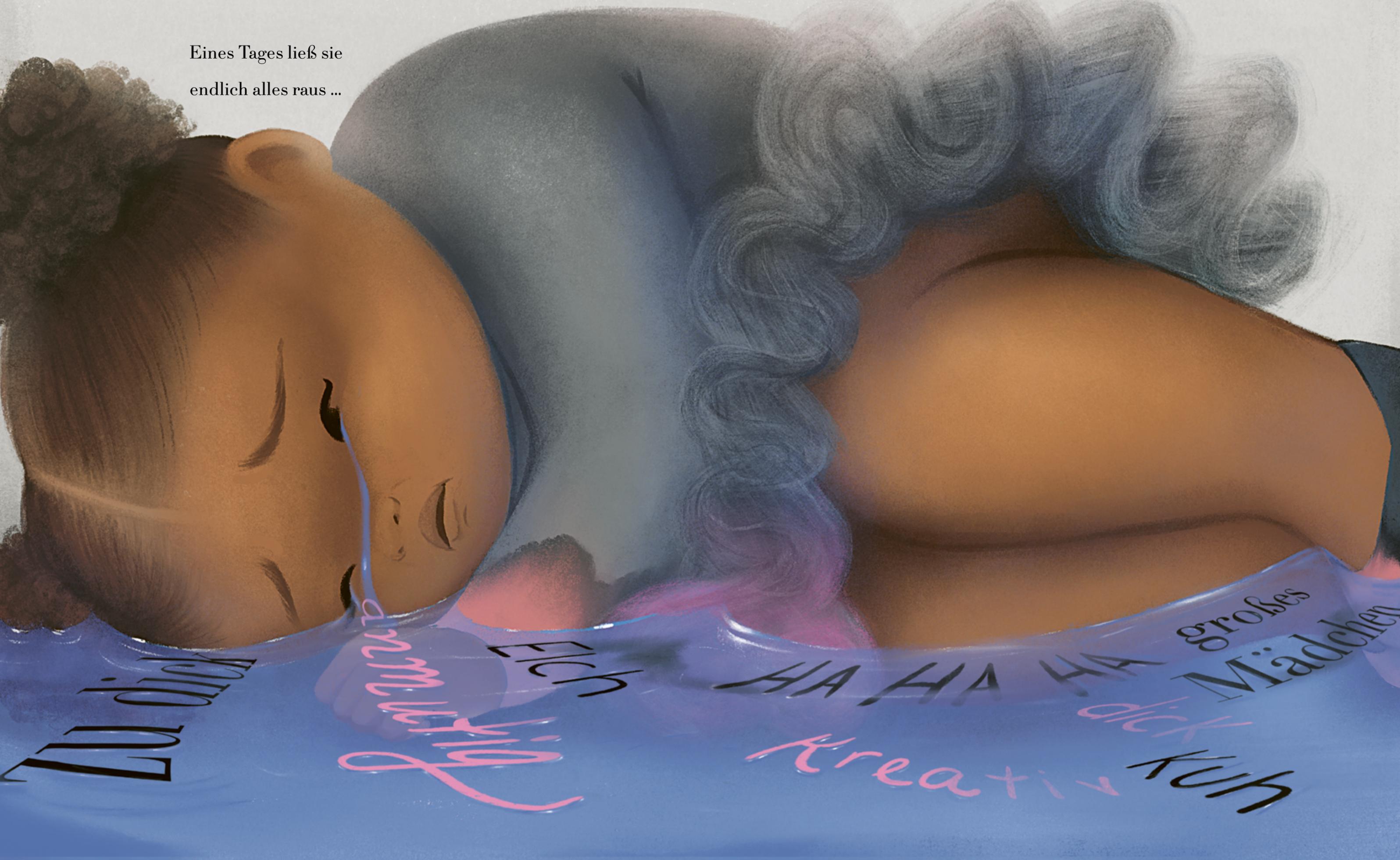


BIST DU NICHT
ZU GROSS,
UM ZU WEINEN?

HAST DU MAL VERSUCHT,
DÜNNER ZU SEIN?

WARUM KANNST
DU DICH NICHT
EINFACH ANPASSEN?

Eines Tages ließ sie
endlich alles raus ...



zu dick

dammit
Fick
ja

HA HA HA HA

Kreativ
dick
Kuh

großes
Mädchen

... und begann,
klarer zu sehen.



Sie entschied, mehr Platz
für sich selbst zu schaffen ...



... und konnte sich dadurch aus allem befreien.



lick
sch

HA HA HA!
Mit
sch

Kreativ & bixmurus
dick freundlich



Nicht alle verstanden sie oder hörten ihr zu.



Ein paar versuchten es ...



... aber sie konnten immer noch nicht sehen ...



SOLL ICH DIR DABEI HELFEN,
DICH ZU VERÄNDERN ...?



Nein, danke.
Ich mag mich so,
wie ich bin.

... dass sie einfach nur ein Mädchen war.

mitfühlend

Einfallreich

Kreativ

gut

Schlau

leicht

lustig

süß

freundlich

Und sie war gut so, wie sie war.



ANMERKUNG DER AUTORIN

In der Kindheit ist Großsein gut. Groß ist beeindruckend und erstrebenswert. Aber irgendwann fängt die Welt an, uns etwas anderes zu erzählen: dass Großsein schlecht ist. Und dass Dicksein unerwünscht ist.

Ich war zwar nie eine Tänzerin, aber ich bin einmal in einer Schaukel stecken geblieben, als ich jünger war. Ein paar der älteren Kinder und ich spielten auf den Babyschaukeln, und ich schaffte es nicht mehr heraus. Ich war die Einzige, die Ärger bekam. Meine Größe bedeutete für Erwachsene, dass ich alt genug war, um es besser zu wissen. Auch, wenn ich immer noch ein Kind war. An diesem Tag lernte ich, dass mein Körper nicht zu passen schien. Dass ich nicht dazugehörte. Und dass Erwachsene mich nicht mehr als kleines Mädchen betrachteten, das harmlose Fehler machen durfte.

Während meine Erfahrung weniger offensichtlich war als diejenige, die in diesem Buch beschrieben wird, wirken die Worte und Gedanken auf dieselbe Art und Weise. Ein Mädchen ist sowohl von Adultifizierung als auch von fettfeindlicher Ablehnung betroffen. Sie ist Bewertungen und Vorurteilen ausgesetzt, die schädlich sind und bleibende Auswirkungen haben. Trotzdem findet sie genug Selbstliebe, um die rücksichtslosen und nicht hilfreichen Worte abzulehnen. Ich hoffe, dass sie als Vorbild dient für alle, denen ihre Entwicklung helfen kann. Besonders für uns Schwarze Mädchen mit dicken Körpern.

Ich erinnere mich daran, dass ich als Kind dachte, ich könne kein Rosa tragen, weil es eine zu auffällige Farbe ist und ich damit herausstechen würde. Schon früh entwickelte ich Unsicherheiten, die mich glauben ließen, es sei sicherer, im Hintergrund zu bleiben, statt zu sehr aufzufallen. Ich habe die Farbpalette dieses Buches bewusst gewählt, um meine frühere Einstellung zu verwerfen. In der Farbpsychologie wird Rosa mit sanftmütiger Liebe, Zärtlichkeit und Fürsorge verbunden. Rosa Blumen verkörpern Unschuld, Freude, Verspieltheit und Glück. All das verdient dieses Mädchen. Ihr Körper ist kein Problem, das gelöst werden muss, genauso wenig wie meiner an jenem Tag auf dem Spielplatz. Was angegangen werden muss, sind die unausgesprochenen Vorurteile, die wir alle haben. Ich wünschte, ich könnte dem Mädchen eine Umarmung schenken – dem Teil von ihr, der ich bin, und dem Teil von ihr, der du sein könntest – und ihr sagen, dass sie all die Fürsorge und Freude dieser Welt verdient, was auch immer geschieht.



Vashti Harrison
BIG
Text und Illustrationen © 2023 Vashti Harrison
Published by arrangement with VH CREATIVE, INC.

© 2023 Zuckersüß Verlag für die deutschsprachige Ausgabe
Alle Rechte, auch die der Bearbeitung oder auszugsweisen Vervielfältigung, gleich durch welche Medien, vorbehalten. Übersetzt mit freundlicher Genehmigung von VH CREATIVE, INC. Dieses Werk wurde vermittelt durch die Literarische Agentur Thomas Schlück GmbH, 30161 Hannover.

1. Auflage 2023
Zuckersüß Verlag ist eine Marke der
Luna Ventures GmbH | Prenzlauer Allee 186 | D-10405 Berlin

ISBN 978 3 9493153 50
Gedruckt in Litauen



Redaktion: Katrin Weller
Übersetzung: Emilene Wopana Mudimu
Sensitivity Reading: DisCheck, Leipzig
Lektorat: Sophie Niemann
Korrektur: Wolfgang Schiener
Satz: Arnold & Domnick, Leipzig
Verleger*innen: Anna & Lukas Kampfmann

Für Vincent & Zoë



www.zuckersuessverlag.de

*Es war einmal ein Mädchen mit großem Lachen
und großem Herzen.*

Und sehr großen Träumen.

Und das war gut so.

Ein ergreifendes und stärkendes Bilderbuch zum Thema Selbstliebe, das zeigt, welche Macht Worte besitzen und wie wichtig es ist, sich so anzunehmen, wie man ist. „Groß“ ist das erste Bilderbuch, das von der New-York-Times-Bestsellerautorin Vashti Harrison nicht nur illustriert, sondern auch geschrieben wurde.



Zuckersüß
VERLAG

Du findest das Buch #einfachzuckersuess?
Tagge uns in deiner Rezension für eine
Chance auf ein neues Kinderbuch!
[@zuckersuessverlag](https://www.instagram.com/zuckersuessverlag)

ISBN 978-3-949315-35-0



9 783949 315350