



Nein

Nein

Nein

Nein

Nein

Nein

Nein

Nein

Nein

Nein

Nein

Nein

Nein

Nein

Nein

Nein

Nein

Nein

Nein



Ilona Lammertink ist Integrative Kinder- und Jugendtherapeutin und arbeitet in eigener Praxis in Tilburg, Niederlande. Sie ist Mutter von eigenen und adoptierten Kindern und Autorin mehrerer Kinderbücher zur Resilienzförderung.



Lucie Georger ist freie Illustratorin und stammt aus Amsterdam. Heute lebt und arbeitet sie in Frankreich. Ihre farnefrohen Bilder entstehen durch Bleistift, Wasser- und Acrylfarben.

Liebe Erwachsene,

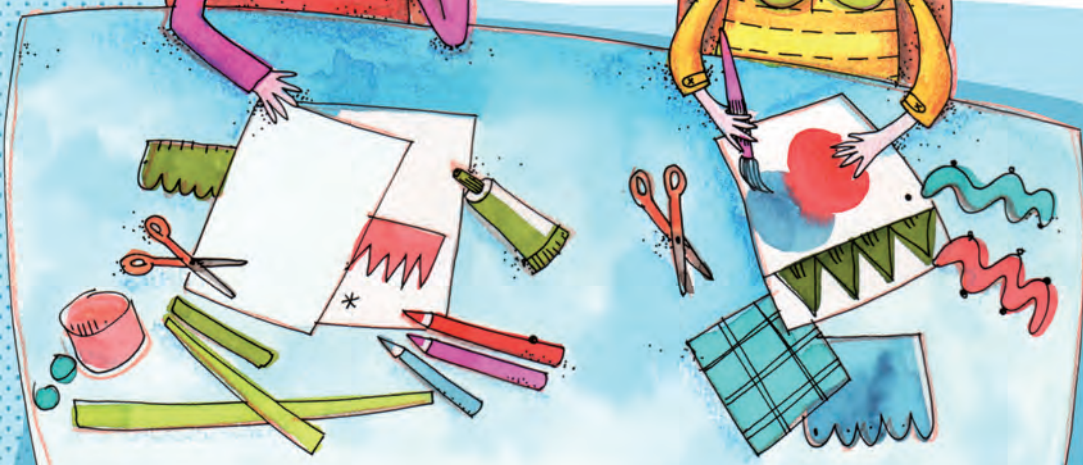
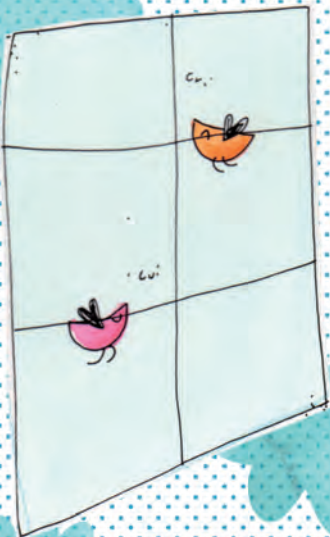
die Fähigkeit, Grenzen zu setzen und Nein zu sagen, ist wichtig für die kindliche Entwicklung und die psychische Widerstandsfähigkeit, auch »Resilienz« genannt. Weitere Informationen, Tipps und Übungen zur Resilienzförderung bei Kindern bietet das Downloadmaterial unter www.balance-verlag.de/buecher/detail/book-detail/jette-sagt-nicht-immer-ja.html

Ilona Lammertink, Lucie Georger

fette sagt nicht immer Ja



Kids in BALANCE[®]





Im Kindergarten ist heute Bastelstunde. Alle Kinder schneiden, falten, kleben oder malen. Alle außer Jette. Sie guckt aus dem Fenster und träumt. Jette wünscht sich, dass der Kindergarten bald vorbei ist. Dann kommt Susi zu ihr nach Hause zum Spielen. Susi ist das tollste Mädchen im ganzen Kindergarten. Sie ist richtig mutig und alle Kinder wollen mit ihr befreundet sein. »Schluss für heute!«, ruft die Kindergärtnerin. Endlich! Der Kindergarten ist vorbei ...



Jette und Susi spielen zusammen in Jettes Zimmer.
»Du hast so viele Kuscheltiere!«, ruft Susi begeistert.
»Wollen wir Zoo spielen?« Gute Idee, findet Jette und nickt.
Zusammen setzen sie alle Kuscheltiere auf den Boden.
Dann heben sie ein Tierchen nach dem anderen hoch,
füttern es und kuscheln mit ihm – genauso wie die echten
Tierpfleger im Zoo. Plötzlich sieht Susi noch ein Kuscheltier
auf Jettes Bett. »Wer ist das?«, fragt sie neugierig.



»Das ist Hoppel, mein Kaninchen«, antwortet Jette stolz.

Jette hat ihn zum Geburtstag geschenkt bekommen.

Hoppel hat ein Bändchen um den Hals, an dem eine kleine blaue Bürste hängt. So kann man sein schönes weißes Fell bürsten.

Hoppel ist Jettes Lieblingskuscheltier.





Susi nimmt Hoppel in den Arm, kuschelt mit ihm und fängt an, ihn zu bürsten. Jette knabbert an ihrer Lippe und guckt auf den Boden. Sie hätte es lieber, wenn Susi Hoppel nicht anfassen würde. Aber sie traut sich nicht, etwas zu sagen.

»Oh, ist der süß!«, ruft Susi. »Darf ich mir Hoppel heute Nacht ausleihen, zum Kuscheln?«

Da kriegt Jette ein ganz komisches Gefühl im Bauch. Sie will nicht, dass Susi Hoppel mit nach Hause nimmt! Aber wenn sie das sagt, will Susi vielleicht nicht mehr mit ihr spielen ...

Darum sagt sie ganz leise: »Ja.«

Schon verschwindet Hoppel in Susis Rucksack.

Das lustige Zoospiel ist vorbei. Susi geht nach Hause.

Jette bleibt allein in ihrem Zimmer.

Hätte ich bloß Nein gesagt, denkt sie.



Am nächsten Tag im Kindergarten geht Jette gleich zu Susi.

»Hast du Hoppel mitgebracht?«, fragt sie. Susi nickt.

Sie holt Hoppel aus ihrem Rucksack. An seinem Hals baumelt die blaue Bürste. Jette erschreckt sich.

Der Griff hat ganz viele Zahnabdrücke. Jemand hat darauf herumgekauht!

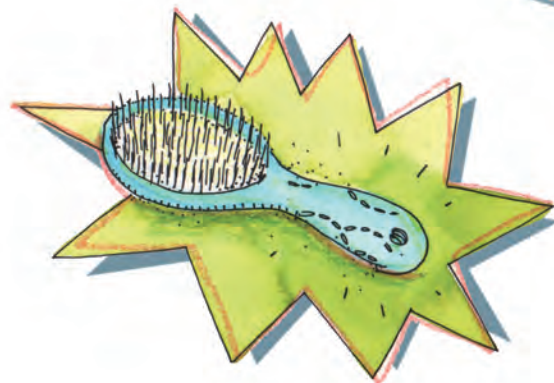
»Mein Hund wollte auch mal mit Hoppel spielen«, sagt Susi schüchtern.


»Tut mir leid.«

Jette nimmt Hoppel ganz fest in den Arm. Sie dreht sich um und läuft weg, ohne noch etwas zu sagen. Plötzlich merkt sie, dass Hoppels schönes, weißes Fell ganz klebrig ist.

Es fühlt sich an, als hätte jemand Hoppel mit Honig bekleckert!

Jette ist ganz unglücklich. Eine Träne läuft ihr über die Wange.



A watercolor illustration of a young girl with brown hair in two buns, wearing a blue coat and boots. She is holding a white dog with yellow stars on its face. The background is a large teal circle, and the foreground is a pattern of blue hearts with green stars scattered around. A speech bubble is on the right.

Hätte ich mich
doch nur getraut,

Nein
zu sagen!