

Dit ben ik boek

Instructie voor ouders

Doel

Een Dit ben Ik-Boek kan uw kind helpen meer contact te krijgen met zichzelf en het zelfbeeld te verbeteren.

Het Dit ben Ik-Boek:

1. helpt je kind zichzelf beter te leren kennen (“wat ik voel dat hoort bij mij”)
2. helpt je kind te verwoorden wat hij of zij prettig en belangrijk vindt en wat niet
3. helpt je kind keuzes duidelijk te maken.
4. kan de eigenwaarde en het zelfvertrouwen van je kind vergroten (“ik mag er zijn”)

Ik-Boek als hulpmiddel voor ouders en zijn omgeving:

1. helpt de omgeving te begrijpen hoe het kind zichzelf ziet
2. geeft inzicht in hoe het kind geholpen kan worden met het verwoorden van wensen, grenzen en keuzes.

Benodigheden en voorbereiding



- Print het Dit ben Ik-boek uit in kleur.
- kleur Potloden,
- Lijm
- Fotoboeken fotocamera of mobiel om foto's te maken.
- Tijdschriften, folders, enz.

Instructie

Waarom een Dit ben Ik-Boek?

Een Ik-boek kan een belangrijk hulpmiddel zijn voor het kind, zijn ouders en zijn omgeving. Het gewaarworden van je wat je prettig vindt en niet is het begin van weerbaar worden. Dit ervaar je via je zintuigen, je lichaam en je gevoelens. Zo leer je je wensen en grenzen kennen en kenbaar kan maken.

Wat is een Ik-Boek?

Een Ik-boek is een boek over en van het kind zelf. Het kan helemaal passend gemaakt worden bij de persoonlijke beleving van jouw kind. Daarom bestaat het uit losse bladen. Op elk blad staat een thema waarin jouw kind zich kan herkennen. Bijvoorbeeld: hoe zie je eruit, welke muziek vind je leuk, over eten, activiteiten, etc. In elk thema is jouw kind de hoofdpersoon.

Dit ben ik boek

Instructie

Per keer kiest je kind over welk blad het wil praten, of je maakt samen die keuze. Na ieder gesprek voeg je een nieuw blad toe aan het boek. Zo groeit het Dit ben Ik-boek stap voor stap. Ook kun je het Dit ben Ik-boek naar behoefte verder uitbreiden met de thema's uit Blok Ik van Leerbaar&Weerbaar. .

In elk thema heeft het kind de hoofdpersoon. Over elk thema vertelt het zijn of haar eigen verhaal

Het Ik-Boek is een boek dat stap voor stap "groeit".

Hoe gebruik je het Dit ben Ik-boek?

- Open houding
Bij het maken van een Dit ben Ik-Boek, is het belangrijk je kind te volgen en aan te sluiten bij zijn belevingswereld. Probeer je steeds te verplaatsen in de beleving en waak voor te snelle interpretaties. Stel je open voor het verhaal van je kind.
- Luisteren en vragen stellen
De wijze waarop je het gesprek met je kind voert bepaalt voor een groot deel of het Ik-Boek iets oplevert. Stel zoveel mogelijk open vragen. Als je kind dit niet aankan, biedt dan een vraag aan met meerdere keuzemogelijkheden (Bijv. a. vind je het fijn, b. niet fijn of c. weet je het niet precies). Vermijd tweekeuze-vragen.
- Dit boek hoeft niet in een keer gemaakt te worden, neem er de tijd, maak er een bijzonder moment van en pas de snelheid aan. Herhaal eventueel steeds wat er is ingevuld en ga dan verder met een volgend blad.
- Laat je kind tekenen, maak gebruik van plaatjes en foto's. Of maak foto's van de dingen die je kind in zijn boek wil plakken. Zet je kind eventueel zelf bij deze dingen op de foto.
- Schrijf steeds opmerkingen bij de plaatjes en foto's.