
Sara
krijgt een klein zusje
Jaloezie bij gezinsuitbreiding
Liefde wordt niet minder als er iemand bijkomt.
Hans Vermeulen

Er komt een baby

Sara krijgt groot nieuws.

Mama zegt:

“Er komt een baby.”

Sara kijkt verbaasd.

“Een baby bij ons?”

“Ja,” zegt mama.

Sara vindt het eerst best spannend.

Ze krijgt een zusje.

Een klein zusje dat bij haar gezin komt.







Sara is blij ♡



Sara legt haar hand op mama's buik.

"Zit de baby daar?"

Mama lacht.

"Ja."



Sara denkt aan haar kleine zusje.

Misschien kan ze later samen spelen.



Sara is blij.

♡



Alles verandert

In huis gebeurt veel.









De baby wordt geboren



Op een dag wordt het zusje geboren.



Mama en papa komen thuis.



In hun armen ligt een heel klein meisje.

“Dit is jouw zusje,” zegt mama.



Sara kijkt naar haar.

“Ze is klein.”

Heel klein.

Iedereen kijkt naar haar

Iedereen wil de baby zien.









Papa heeft geen tijd



Later wil Sara iets aan papa vertellen.



Maar papa zegt:

“Even wachten, Sara. Ik moet eerst de baby helpen.”



Sara wacht.

Even later moet de baby weer huilen.



Papa gaat naar haar toe.

Sara kijkt weg.

Mama is druk

Sara wil bij mama op schoot.

Maar mama heeft de baby vast.

“Kom straks maar, Sara.”

Sara loopt weg.

Ze voelt iets wat ze niet zo goed kan uitleggen.

Ze is niet alleen verdrietig.

Ze is ook boos.

Waarom krijgt de baby zoveel aandacht?



Een naar gevoel ♡

Sara zit alleen
op haar kamer.

Ze denkt:

“Vroeger was mama voor mij.”

“En papa ook.”

Nu is er
steeds die baby.

Sara schaamt zich
een beetje.

Want ze weet:

“Ik zou blij moeten zijn.”

Maar dat voelt
vandaag niet zo.



Ik vind het niet leuk

Mama komt kijken.

“Wat is er, Sara?”

Sara kijkt naar de grond.

“Ik vind de baby niet altijd leuk.”

Mama gaat naast haar zitten.

Sara zegt:

“Jullie hebben alleen nog maar aandacht voor haar.”

Mama luistert.

Ze wordt niet boos.



Je mag dit voelen

Mama slaat haar arm om Sara heen.

“Ik snap dat je dit soms moeilijk vindt.”

Sara kijkt op.

“Ben je niet boos?”

“Nee,” zegt mama.

**“Je mag verdrietig zijn.
Je mag jaloers zijn.
Je mag zelfs soms boos zijn.”**

Sara wordt stil.

Haar gevoel mag er zijn.



Mama's liefde ♡

Mama zegt:

"Weet je wat nooit verandert?"

Sara schudt haar hoofd.

"Mijn liefde voor jou."

Mama geeft Sara een kus.

"Toen je zusje kwam, werd mijn hart niet kleiner."

"Er kwam juist liefde bij."

Sara denkt daar even over na.



Liefde kun je delen



Papa komt erbij zitten.

Hij zegt:

“Stel je voor dat je een kaars hebt.”

“Als je met die kaars een andere kaars aansteekt, wordt jouw kaars niet kleiner.”

Sara begrijpt het.

Papa zegt:

“Zo is liefde ook.”

Er kan iemand bijkomen zonder dat er minder liefde voor jou is.

Sara helpt een beetje



De baby begint te huilen.

Mama kijkt naar Sara.

“Wil je een schone luier voor me pakken?”





Sara loopt naar de kast.

“Deze?”



“Ja, dank je.”

Sara helpt mama.

Daarna kijkt ze naar haar zusje.



Ze voelt zich een beetje groot.

Samen met papa

De volgende middag gaat papa met Sara naar buiten.

Alleen met Sara.

Ze gaan samen naar de speeltuin.

Sara vertelt wat ze op school heeft gedaan.

Papa luistert.

Sara merkt:

Papa heeft nog steeds tijd voor mij.



Mijn plekje



's Avonds ligt Sara in bed.

Mama komt haar welterusten zeggen.



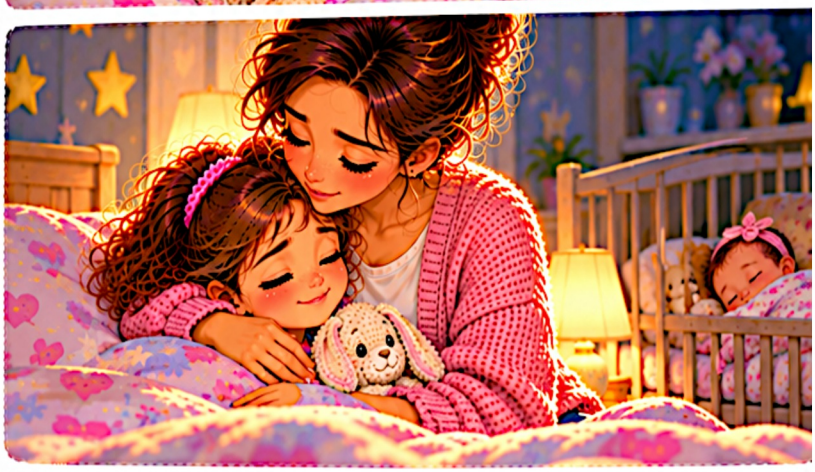
De baby slaapt in haar eigen bedje.

Mama gaat bij Sara zitten.



"Jij hebt altijd een eigen plekje in mijn hart."

Sara glimlacht.



"Ook als mijn zusje er is?"

"Juist dan."

Sara houdt van haar zusje ♡



Een paar dagen later zit Sara naast de baby.



Ze houdt voorzichtig haar handje vast.

De baby kijkt naar haar.



Sara glimlacht.

“Je bent wel lief.”

Ze hoeft haar zusje niet altijd leuk te vinden.

Maar ze ontdekt:



Ze kan van haar zusje houden én soms jaloers zijn.

God geeft liefde

Mama vertelt Sara:

“Weet je dat God ook van jou houdt?”

Sara knikt.

“En van je zusje?”

“Ja,” zegt Sara.

“Gods liefde is niet klein.”

God kan van jou houden en van je zusje tegelijk.”

Sara denkt na.

Bij God is er altijd ruimte voor jou.”



Jezus ziet Sara

Mama zegt:

“Jezus weet ook hoe jij je voelt.”

“Ook als ik jaloers ben?”

“Ja.”

“Ook als ik boos ben?”

“Ja.”

“Ook als ik verdrietig ben?”

“Ja.”

Jezus ziet Sara.
Hij houdt van haar.

Ook wanneer ze moeilijke gevoelens heeft.



Er is genoeg liefde ♡

Voor het slapen
kijkt Sara nog even
naar haar zusje.

Mama geeft haar
een kus.

Papa geeft haar
een knuffel.

Sara denkt:

Mijn zusje heeft een plekje gekregen.

Maar mijn plekje is niet verdwenen.

Er is liefde
voor haar.

Er is liefde
voor haar zusje.

Er is genoeg liefde voor allebei.



Voor ouders en grootouders





Liefde wordt niet minder

De komst van een baby
is een grote verandering
voor een kind.



Een kind kan blij zijn
met een klein zusje of broertje
en toch jaloers worden.
Dat is niet vreemd.
Een kind kan denken:

"Papa en mama hebben geen tijd meer voor mij."
"De baby krijgt alles."
"Ben ik nog wel belangrijk?"

Neem die gevoelens serieus.

Zeg niet te snel:

"Je moet blij zijn met je zusje."

Luister.
Geef ruimte aan verdriet,
boosheid en jaloezie.



Laat een kind merken
dat het nog steeds
belangrijk is.
Maak ook af en toe
tijd voor het oudere kind
alleen.



En vertel over God.

Gods liefde raakt niet op.
Hij houdt van ieder kind.
Ook van jou.

Een mooie zin voor het kind:

Er is iemand bijgekomen.



Maar jij bent niet minder belangrijk geworden.

Jouw plekje blijft jouw plekje.

God houdt van jou.



En Jezus ziet jou.