

Waar worden we blij van?

We zijn blij wanneer we goede dingen meemaken
en wanneer we blije gedachten hebben.

Glimlach je altijd als je blij bent?

Waarom moeten jullie lachen?

Waarom zijn we
niet altijd blij?

Waarom zijn deze dieren blij?

volg mij!

KLOP
KLOP

HA HA

Hi hi



Waar worden we BOOS van?

Als we gepest worden, iemand ons pijn doet, we gefrustreerd zijn of als het leven niet eerlijk is.

Hoe moet ik omgaan met mijn woede?

Waarom zijn jullie boos?

Hoe kun je zien of iemand boos is?

Heb ik iets fout gedaan?

Wat is er?



Met je emoties omgaan

Het is heel normaal om af en toe verdrietig, bezorgd of boos te zijn. Hier zie je hoe je met die emoties om kunt gaan.

Wat doen deze dieren om zichzelf beter te voelen?

Hoe kom ik van mijn angst af?



Hoe kan ik weer vrolijk worden?



Met wie kan ik praten?

