

CARINE SIMONET

ISABELLE MAROGER

# VAN VRAGEN WORD JE GROOT!



UITGEVERIJ PLOEGSMA AMSTERDAM



# Wat gebeurt er als ik boos ben?

**Boosheid is een emotie, iets wat je voelt als er iets gebeurt wat je helemaal niet leuk vindt.** Bijvoorbeeld als je ouders zeggen dat je iets niet mag, als een vriendin je plaagt, als je iets niet eerlijk vindt, enzovoort.

Je vindt iets vervelend, maar vertelt het niet. Wanneer je je boosheid te veel inslikt, kun je 'uit je vel barsten'. Dan ben je net een popcorn-korreltje!

Hoezo popcorn? Omdat boosheid lijkt op een maiskorrel: als je die heet laat worden in de pan, ploft hij open.

Als je boos bent, kun je helemaal rood worden, je wangen worden warm en je gaat schreeuwen of huilen... Dan knalt je boosheid eruit!

Maar je hoeft niet op popcorn te lijken. Doe maar eens net als bij een zbrapad: voor je oversteekt, blijf je staan. Je kijkt eerst goed of er geen verkeer aan komt, en dan steek je pas over.



Benjamin, 11 jaar

Waarom weten  
we niet alles?

Waarom draait de aarde?  
Waarom heet de zon 'zon'  
en niet 'banaan'?

En waarom...



Marie, 9 jaar

# Waarom is lachen goed voor je?



Eerst zal ik uitleggen wat er in je lichaam gebeurt als je lacht.

Als je lacht, gebruik je tachtig spieren tegelijkertijd en als die ontspannen, krijg je een heel lekker en blij gevoel.

**In je hersens komt er ook een stofje vrij: een hormoon dat we endorfine noemen en dat je een goed humeur geeft.**

Je lichaam is dan heel ontspannen, het voelt zich fijn. Dus ja, lachen is goed voor je!

En lachen is aanstekelijk. Als jij lacht, deel je je goede humeur met je ouders, je broer of zus, je vrienden. Dat zorgt voor een band en vaak ook voor leuke herinneringen. We moeten bijna altijd glimlachen als we terugdenken aan die keer dat we de slappe lach hadden.

Zacharia, 9 jaar

Waarom hebben  
we een ziel?

