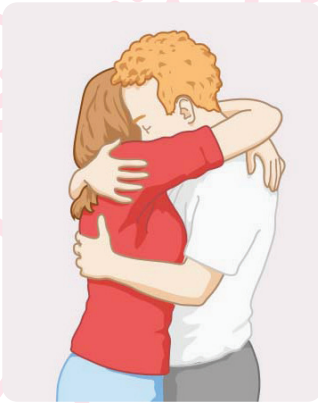




VERLIEFDHEID

Liefde kan je voelen voor je ouders, broers, zussen, vrienden, huisdieren...
Verliefdheid is net iets anders. Als je verliefd bent dan heb je heel veel verschillende gevoelens. Die zijn niet allemaal makkelijk te beschrijven.



Stoffjes in je hersenen... Wat gebeurt er als je verliefd bent?

Je lichaam maakt heel veel stoffen aan wanneer je verliefd bent.

Bijvoorbeeld:

- **Dopamine.** Dat is een hormoon dat ervoor zorgt dat je heel blij bent. Ook wel het geluksstofje genoemd.
- **Oxytocine,** het knuffelhormoon. Je wil diegene waarop je verliefd bent de hele tijd in je buurt hebben, knuffelen en aanraken.
- **Adrenaline.** Dat stofje zorgt ervoor dat je hart sneller slaat. Dat je energie hebt en uitgelaten bent.

Opdracht 1

Hoe ziet jouw droomlief er uit?

Teken het lief van je dromen. Wat vind jij aantrekkelijk? Wat vind jij mooi?
Moet je lief grappig zijn? Of heel slim? Schrijf er bij wat je belangrijk vindt.

Dit doe-blaadje is van _____

Opdracht 2

Wat betekent het als iemand zegt 'Liefde maakt blind'?

- Als je verliefd bent zie je de minder fijne kanten van die persoon niet goed.
- Je zit de hele tijd aan andere dingen te denken als je verliefd bent.
- Van verliefd zijn word je blind.

Opdracht 3

Hoe weet je of iemand verliefd op je is?

Hoe kan je dat zien? Hoe kan je dat voelen? Kan jij enkele dingen bedenken? Schrijf ze hier op.

Vraag aan iemand die veel ouder is:

Wanneer was je voor het eerst verliefd?

Hoe was dat?

Wat moet je onthouden?

- Verliefd zijn geeft een bijzonder gevoel. Je voelt vlinders in je buik en wil de hele tijd bij de persoon op wie je verliefd bent zijn.
- Liefdesverdriet kan veel pijn doen maar je gaat er niet dood van. Na een tijdje gaat het over. Doe leuke dingen om je weer beter te voelen.
- Wat wil jij zeker nog onthouden?

Praten helpt sowieso...

Zit je ergens mee? Wil je iets kwijt? Praat erover met iemand die je kan vertrouwen of stel je vragen aan Awel via www.awel.be.

VU: Chris Lambrechts, President Building, Vijfde verdieping,
F. Rooseveltplaats 12, 2060 Antwerpen
De Dr. Bea Show is een productie van Ketnet – versie: juli 2024