

# BEN IK WEL NORMAAL?

DANNY DE VOS & ANN CEURVELS  
MET ILLUSTRATIES VAN CAROLIEN DE ROP



P E L C K M A N S

# WAT IS NORMAAL?

'Van **MOETEN** krijg ik **ZWETVOETEN**.  
Vind jij dat raar? Ja, en?  
Dan fuck you en de groeten,  
ik ben zoals ik ben!  
(Zara, dichteres met zweetvoeten)



In het woord **NORMAal** zit het woordje norm. Om **normaal** te zijn, **moet** je voldoen aan de norm. Dat is de regel die bepaalt hoe je **moet** zijn en hoe je je **moet** gedragen. Maar bestaat die wel, dé norm waar iedereen het over eens is? Of kan je maar beter zelf beslissen hoe je wil zijn?

Wanneer ben je **normaal**?

- ✓ Op sociale media: als je er goed uitziet en veel volgers hebt.
- ✓ In de sportclub: als je snel kan lopen of hoog kan springen en van teamspirit houdt.  
\*Veel scores helpt ook.
- ✓ Op school: als je goed leert en creatief bent en altijd hard je best doet.  
(Maar ook niet té hard, want dan noemen ze je een strebertje.)
- ✓ Overal: als je goed kan omgaan met anderen en een supertof lief hebt.

Maar wat als je:

- niet in dat perfecte plaatje past?
- fouten maakt of gepest wordt of ADHD hebt?
- groen ziet van jaloezie of niet weet hoe je het moet zeggen of niet bloot voor de camera wil?



'Iedereen wil toch normaal zijn?  
Of niet?'  
(Ilyo, skatende instagrammer)



Voor de ene moet je zus zijn en vooral niet zo, en de ander vindt dat het juist omgekeerd moet. Tot je het op een dag plots zelf niet meer weet en denkt: **ben ik wel normaal?**  
Goed nieuws! Dat is namelijk een heel normale vraag.

Moeten 'ze' je wel **normaal** vinden?

Of mag je anders zijn?

We bekijken in dit boek '**NORMaal**' eens van een nieuwe kant en zo ontdekken we:

- ✓ hoe je **niet normaal** kan veranderen in *anders*.
- ✓ waarom jij je soms anders voelt.
- ✓ waarom anders niet beter of slechter is.
- ✓ waarom anders zijn niet hetzelfde is als een probleem hebben.
- ✓ waarom anders vaak heel gewoon is.
- ✓ hoe je anders kan veranderen in helemaal oké!

Een wereld waar iedereen oké is, zou dat niet **normaal** zijn?

'Ik ben voor sommigen misschien anders en dat is helemaal goed.  
Ik ben niet normaal, ik ben gewoon mezelf.'  
(Aruna, eet alleen wanneer ze honger heeft)

'Ik denk nooit: ben ik wel normaal? Normaal is saai.'  
(Luuk, verzamelaar van grappige sokken)

'Normaal zijn, betekent dat "zijn zoals de meeste mensen"?'  
(Driss, helpt padden bij de paddentrek)



## DE KROMME KOMKOMMER

Hij heeft ooit wel bestaan, dé norm, maar dan voor komkommers. **Normale** komkommers mochten vooral niet te krom zijn. Verboden door de wet!

Daar kwam herrie van, want sommige mensen hielden toevallig enorm van kromme komkommers. Hoe **abnormaler** hoe beter dus. Of nee: de kromme-komkommer-fans vonden rechte komkommers juist **abnormaal**. Men wilde de komkommer-norm toen veranderen, maar daar kwam niets van terecht: de ene wilde zijn komkommer recht, de andere krom. De komkommer-die-voor-iedereen-perfect-is bestond niet en dus werd de regel maar afgeschaft. Sindsdien zijn alle komkommers **normaal**, punt. Als het over mensen gaat, zijn we zover nog niet.







**BEN IK WEL  
NORMAAL ALS IK  
HET DRUK-DRUK-  
DRUK HEB?**



**'De eerste ochtendfile?  
Thuis, voor de deur van de badkamer!  
(Hanna, zus van Noah)**



RINGGGG



RINGGGG

**BZZZ**



Lieve lezer, vandaag zijn we een vlieg.  
We zoeven achter Hanna en Noah aan.  
O, daar gaat de wekker al. Wat doen ze?

Hanna, die al een uur lag te woelen, veert uit bed.  
Ze wil als eerste de badkamer in, maar helaas, moeder is haar voor.  
Wat nu, Hanna? Is dat een zweetdruppel daar op je voorhoofd? Wat zeg je?  
Nog vierendertig minuten? Horen wij daar een aftelklok of is dat je hartslag?



**TIK TAK  
TIK TAK  
TIK TAK**

Nog tien minuten.  
Noah komt geeuwend de trap af. Wat zal hij vandaag eens op  
zijn boterham smeren? Hij kan niet beslissen, maar dat hoeft  
ook niet; Hanna, die haar jas al aanheeft, duwt hem een pakje in  
de hand. 'Hier, eet maar op in de auto, anders komen we te laat!'

Half acht.  
Moeder praat in haar smartphone en zoekt de  
autosleutel. Ziet ze niet dat Hanna er mee staat te  
zwaaien? 'Al tien minuten te laat.' Ze fluistert het  
wel dertig keer na elkaar.

**'Hanna kookt soms over. Met een knalrood gezicht  
vraagt ze dan boos waarom ik me nooit zorgen maak.  
Volgens mij wil zij dat ook, maar lukt het haar niet.'**  
(Noah, broer van Hanna)





Noah doet een dutje op de achterbank. Hij merkt niet eens dat Hanna zijn rugzak checkt. 'Noah heeft vandaag wiskunde maar zijn boek ligt nog thuis!' Het verkeerslicht blijft heel lang op rood. Net zo rood als het gezicht van Hanna en het spul dat moeder op haar lippen doet terwijl ze kibbelt met haar collega over de nieuwe website. 'De website,' mompelt Hanna. 'Test Nederlands. Nog acht kilometer. Licht uitgedaan?' Te laat op school. Vanmiddag vis, jak. Vanavond skatehelm niet vergeten. Morgen tandarts. Woensdag kapper en bijles.' 'Het is weer abnormaal druk,' zegt de radio. Hanna knikt en zucht. 'En dan zit er ook nog zo'n vervelende vlieg in de auto!'



Dagboek van Hanna  
 In mijn hoofd zit  
 een lijst van met  
 allemaal belangrijke  
 dingen. Die lijst wordt  
 altijd maar langer. En  
 mijn hoofd dus steeds  
 voller.  
 Hanna

Oeps, we gaan er maar beter vandoor nu. Hanna heeft het druk. Op haar lijstje staan allemaal dingen waar zij zelf aan moet denken, plus het drukke gedoe van de mensen om haar heen. Ze maakt zich net zoveel zorgen om het wiskundeboek van Noah als om haar eigen afspraak bij de tandarts. Soms zit Hanna's hoofd té vol en dan vraagt zij zich af: **ben ik wel normaal?**

## 'DRUK - DRUK - DRUK,'

dat horen de meeste kinderen hun ouders, leerkrachten of andere volwassenen elke dag zeggen. Wie het druk heeft, is goed bezig. Dat laten ze dan zien door druk te praten en druk te bewegen. Zelfs als jij het zelf niet druk hebt, krijg je stress van de anderen hun drukke gedoe. 'Een dag niks gedaan, is een dag niet geleefd,' is de leuke.

Alsof alleen druk **normaal** is.

### Druk en rust kunnen niet zonder elkaar.

Ook kinderen krijgen het druk want zij moeten presteren: op school, in de vrije tijd of op sociale media. Ze voelen zich schuldig als ze een keertje zitten te niksen, want dan zou mama of papa kunnen zeggen: 'Helaba, heb je niks meer te doen?'

Heel (héél!) soms hebben de volwassenen zelf eens niks te doen. Daar worden ze nogal zenuwachtig van, alsof ze door een grote diepe leegte zweven. Die rust, die leegte, verschrikkelijk! **Is dat wel normaal?**

Wat als je kinderbrein al dat DRUK-DRUK-DRUK-gedoe niet aankan? En moet je je nu echt schuldig voelen als je een paar uur verspilt met lekker niks doen?

Als je even niet wil meedraaien in die drukke rollercoaster?

Een hoofd dat de hele tijd onder druk staat, wordt boos, opstandig of misschien zelfs triest.

Sowieso krijgt het heel veel stress, net als dat van Hanna. **Normaal** toch? Maar kan het ook anders? Af en toe een rondje van die drukke rollercoaster overslaan helpt misschien?





MIJN HOOFD ZIT VOL

RUSTIG

EN  
HOE ZIT  
DAT BIJ  
JOU?

- Op wie lijk je: op Hanna of op Noah?  
Waarom?
- 'Wie het druk heeft, is goed bezig.'  
Mee eens of niet?
- 'Stress is normaal, daar kan je niks aan  
veranderen.'  
Mee eens of niet?
- Hoe druk wil jij het hebben?



**BEN IK WEL  
NORMAAL ALS  
IK OP VOORHAND WIL  
WETEN HOE HET  
AFLOOPT?**



**SPOILER  
ALERT!**



HEY!

HEY!  
WIJ ZORGEN  
VOOR AFLEIDING.

HEY!



Er komt een schrijfster op bezoek in de klas. Ze schrijft over wat ze zoal heeft meegemaakt. Hoe ze als kind helemaal door de Sahara is getrokken, op de vlucht voor gewapende rebellen of zoiets gevaarlijks. En over hoe ze daarna in een nieuw land terecht kwam, in een klas met allemaal witte kinderen. Dat was wennen, maar dat kon ze goed. Haar verhalen werden boeken en een serie op televisie en daar vertelt de schrijfster nu over. De hele klas zit met open mond te luisteren. Zelfs Sami. Hij kijkt niet uit het raam, hij rommelt niet in zijn rugzak en hij loopt ook niet weg. De lerares Nederlands snapt er niets van. Ze voelt zich zelfs lichtjes beledigd. Want dat zijn de dingen die Sami juist wel doet wanneer zij, de leerkracht Nederlands dus, een verhaal vertelt. En nu komt hier een nieuwe mevrouw binnen en die hele Sami verandert ineens in een aandachtig paar oren!

Wanneer de schrijfster uitverteld is, wil de hele klasgroep nog met haar op de foto. Sami ook. Apetrots houdt hij het Sahara-boek voor zijn borst, want dat boek wil hij straks meenemen naar huis om er zo snel mogelijk in te beginnen lezen. Voor hij naar buiten kan rennen, houdt de lerares hem tegen. 'Sami, wat is dit?' Ze tikt nijdig op het boek. 'En zeg nu niet: "Een boek, mevrouw!"' Oeps, ze klinkt niet heel vriendelijk.

HET  
EINDE



'Oei, ja, een boek, dat was dus mijn antwoord.'  
(Sami)

Sami zwijgt.

'Waarom lukte het je vandaag wel om te luisteren en stil te zitten tijdens de les?' Sami schudt zijn hoofd. Mevrouw fronst. 'En waarom wil je dit boek wel lezen en de andere boeken uit onze klas niet?' Sami kijkt naar het boek. 'Omdat ik al weet hoe het afloopt. Ik heb de serie al gezien en de schrijfster heeft het hier net verteld: ze overleeft de vlucht door de woestijn en ze komt hier terecht en ze wordt schrijfster. Nu ik het einde weet, heb ik pas zin om de verhalen te lezen, want dat geeft me een gerust gevoel!' De lerares Nederlands snapt er niks van... 'Het einde weten?! Wat heb je dan nog aan een boek?!'



Maar gelukkig heeft Sami haar deze 'gouden' tip gegeven, want de les Nederlands is nu geen probleem meer. Sami luistert vanaf nu vol overgave naar de verhalen en hij droomt niet meer weg. Nope, omdat hij de dag ervoor het einde al heeft mogen lezen. Ssst! Niet verklappen, dat is een geheim tussen de lerares en hem.

**Oké, ben je net zoals de leerkracht Nederlands verbaasd omdat Sami graag eerst het einde van een verhaal of een boek kent voor hij erin kan lezen?**





Goed nieuws! Hij laat ons meekijken in zijn hoofd.  
Sami, over naar jou!

'Wel, dit is hoe mijn hoofd eruitziet als ik zomaar aan een boek of een verhaal moet beginnen.

Nee, natuurlijk heb ik geen "blokken" in mijn hoofd, maar dit is een simpele manier om je te laten meekijken in mijn brein.'

'Het oranje blok = door al die vraagtekens kan ik me niet concentreren en ben ik heel snel de draad van het verhaal kwijt. Ik kan niet meer volgen en begin me eigenlijk best gestrest te voelen.'

'Het groene blok = eigenlijk hou ik best wel van verhalen, vooral lange verhalen over lang geleden met zwaardvechten en zo.'

'De leegte vol vraagtekens = het dikke boek dat dan voor me ligt en waar ik door de letters heen helemaal geen verhaal in kan vinden. Dat ontnemt me de moed om eraan te beginnen. De vraagtekens staan voor alle vragen die mijn brein dan stelt: wie speelt de hoofdrol? Waar speelt het verhaal zich af? Wanneer kan ik het boek neerleggen zodat ik het verhaal verder nog zal kunnen volgen?, ... en ga zo maar door.'

'Het rode blok = KORTSLUITING! Ik krijg het boek nooit gelezen op deze manier. Mijn gedachten nemen de bovenhand en dan is me concentreren sowieso **ONMOGELIJKA**

**AAAAAARGH**  
DAAR VLIEGT HET BOEK  
NET ALS ALLE ANDERE,  
IN EEN HOEK VAN DE  
KAMER OM ER NOOIT  
MEER WEGGEHAALD  
TE WORDEN!

'Ik zal de film of de serie wel zien!'



'Toen de schrijfster naar onze klas kwam en over haar boeken en avonturen vertelde, gebeurde er dit in mijn hoofd:

het groene blok was niet meer alleen. Omdat ik het einde van haar verhaal kende door de serie die ik zag en de verhalen die de schrijfster vertelde, leek het alsof er een groene lijn door mijn brein liep. Het voelde plots als een geheel, het voelde veilig. Gek, hè?!

Waarom het oranje blok? Tja, het bleef wel spannend voor mij om aan zo'n dik boek te beginnen, maar de geruststelling dat ik sowieso wist wat er zou gebeuren in het boek, maakte dat het oranje blok toch een plekje vond in mijn rij en zo kreeg ik het vertrouwen om eraan te beginnen. Heerlijk toch dat gekke brein van mij!

Bedankt Sami!  
Dat is helder.

EN  
HOE ZIT  
DAT BIJ  
JOU?

WAT HOUDT JOU TEGEN  
OM TE LEZEN?

HEB JIJ VRAAGTEKENS  
DIE HET LEZEN SABOTEREN  
EN WAAR STAAN DIE DAN  
VOOR?

