

Lang leve mijn tegenpolen

PARADOXAAL Met de auto naar de fitness rijden. De slappe lach krijgen op een begrafenis. Het hoort niet, we houden van het idee dat we milieubewust zijn of juist niet, of lachebekjes, of serieuze mensen. We zijn gewend om tegenpolen te zien als iets waartussen je moet kiezen: het één of het ander. We lossen dat op door de ene pool ondergeschikt te maken aan de andere, wat zorgt voor structuur in ons handelen. Maar door de ene te onderdrukken ontketent hij zich vroeg of laat in alle sterkte. Een dergelijk slingerpatroon is verre van duurzaam of efficiënt, stelt consultant Ivo Brugman in *De kunst van het paradoxale leven*. Dat boek draait om het creëren van een optimaal spanningsveld tussen tegenpolen, door extremen op te zoeken en ervan te genieten. Van het decadente feestmaal dus, en de kom soep de dag daarop.

De kunst van het paradoxale leven, Ivo Brugman (Lannoo, 2013)

MISVATTING

‘Heb je moeite met lezen in je moedertaal dan zal dat ook zo zijn bij andere talen’

Een tweede of vreemde taal lezen heeft weinig te maken met de leesvaardigheid van mensen in hun moedertaal. Het is veel belangrijker om de inhoud te begrijpen, en daarvoor is vooral woordenschat essentieel. Hoe meer woorden je kent, hoe gemakkelijker je de boodschap begrijpt en hoe sneller je nieuwe woorden een juiste betekenis toekent. **BS**

Bron: www.esrc.ac.uk

Op naar de toekomst

TIJDBESEF Wanneer mensen over het verleden praten hebben ze de neiging om lichtjes achterover te leunen. En omgekeerd: als het over de toekomst gaat leunen we meestal een beetje naar voren. Dat zou ermee te maken hebben dat we tijd letterlijk ervaren als een beweging, weg van het verleden en almaar vooruit. Vandaar ook dat we ons altijd dichterbij een toekomstige activiteit voelen dan bij een die al gepasseerd is, zelfs al is het tijdsverschil hetzelfde. Twee weken in de toekomst lijkt dichterbij dan twee weken geleden. Het is een magere troost voor scholieren en toekomstige vakantiegangers. Nog een maand tot de grote vakantie, maar wat lijkt die eindeloos te duren! **BS** Bron: *Scientific American*

DIXIT

‘Het heilzame effect van de gezinsmaaltijd is een mythe’

KELLY MUSICK & ANN MEIER

Ouders en kroost samen aan tafel, het werd lang als oplossing gezien voor allerlei problemen. Van obesitas tot roken en tienerzwangerschappen. Niet het samen eten heeft een heilzaam effect, stellen sociologen Musick en Meier. De gedeelde maaltijd is eerder het gevolg van een aantal factoren, zoals een voldoende hoog inkomen en sterke familiale banden. Eerder dan samen rond de tafel te gaan zitten zou het belangrijk zijn om op elk mogelijk moment een band te smeden met je kinderen. In de auto, tijdens het koken en voor het slapengaan. (En dus ook aan tafel.)

BS Bron: *Journal of Marriage and Family*



FOTO: SHUTTERSTOCK