

VIPPEN I HJERNEN

Melodi: Så går vi rundt om en enebærbusk

Vippen i hjernen går op eller ned,
Op eller ned, op eller ned.
Vippen i hjernen, går op eller ned.
Hvem er det, der vipper?

Det gør amygdala og min pandelap,
Min pandelap, min pandelap.
Det gør amygdala og min pandelap.
Hvad er det, der menes?

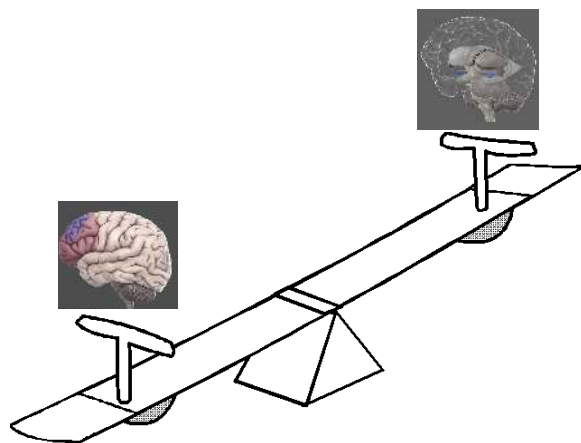
Når jeg bli'r bange, ret vred eller ked.
Vred eller ked, vred eller ked.
Så – med et knips – går min pandelap ned:
Jeg kan ikke tænke!

“Hjernens pirat” kaprer mig i en fart.
Mig i en fart, mig i en fart
Hjernen den mudrer. Det er ikke rart.
Hvad kan jeg så gøre?

Puster jeg ud og ta'r luft til min tå,
– luft til min tå, luft til min tå –
vipper amygdala ned-ad, derpå.
Sådan bli'r jeg rolig!

Mulighed 2: Vip min pandelap op.
Pandelap op, pandelap op.
Tag nye bill' der. Skift briller. Tip top!
Hjernens vippe virker!

Vippen i hjernen går op eller ned,
Op eller ned, op eller ned.
Vippen i hjernen, går op eller ned.
Jeg kan bruge vippen!



**REGULERINGS-MULIGHED 1:
AMYGDALA NED!
(dæmp amygdala)**

**REGULERINGS-MULIGHED 2:
PANDELAPPERNE OP!
(aktiver pandelapperne)**