

Jag vill säga något annat

I de flesta hus där det finns barn i elva-tolvårsåldern smäller det då och då i dörrarna. Eller så är det någon som ”sitter i saltet”. När moster Astrid var liten sa hennes pappa att hon satt i saltet, när hon var så arg att hon inte talade med någon. En annan flicka satt ofta i gungstolen med gömt ansikte och tjurade.

Det är inget fel med att vara arg. Ibland är *det* det enda rätta. Det rensar luften och ger rum för positivare känslor. Men känns det som om ilskan skulle bli oss övermäktiga, kan det vara bra att göra som Erik. Han tog snabbt på sig ytterkläderna och sprang längs skogsvägen nära hemmet. Efter ett tag hade ilskan släppt taget om honom och han kunde återvända hem.

Om din ilska skadar andra, då blir det fel. Och när du skadar andra tar du också själv skada.

Ibland när ett barn skriker åt en vuxen, beror det kanske på att det inte vågar säga det som det egentligen vill. Helst vill det att någon skall se det och finnas nära.

Är du modig så säg nästa gång just det som du vill: ”Ser du mig? Jag vill vara med dig.” Då kanske den vuxna får nya, bättre tankar i huvudet. Det har ni nytta av båda två.