

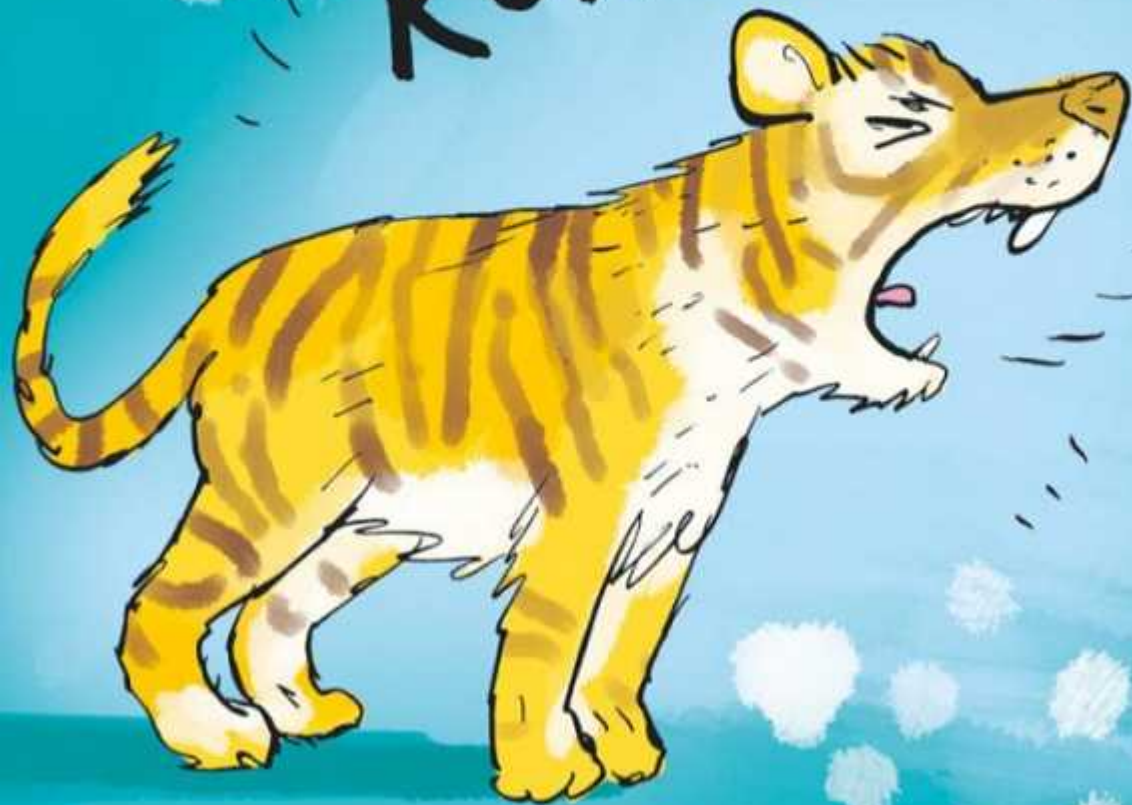
Când facem o criză de furie, simțim ceva puternic în inima noastră, care ne face rău. Adulții spun că sunt doar toane, dar nu e adevărat, e ca o furtună care vine din interiorul nostru. Și e dificil să ne simțim așa.





Pe sora mea, mama o face tigroaică. În acele momente, nici măcar nu înțelegem ce ni se întâmplă. Nu putem exprima în cuvinte. Și, de aceea, explodăm.

ROAR!!







Câteodată, furia e îndreptătită, deoarece exprimă ceea ce nu reușim să spunem prin cuvinte. În astfel de cazuri, e și mai greu să scăpăm de ea. Cu atât mai ușurați ne simțim atunci când reușim să o facem să plece.







Din când în când, un mic acces de furie poate face bine, cu condiția să fie urmat de o discuție cu părinții. Ne ajută să ne cunoaștem și să ne înțelegem mai bine pe noi înșine. Iar când va trece perioada furiilor, ne vom simți puternici, precum o gorilă uriașă, dar bună.



