

Van Dolfje

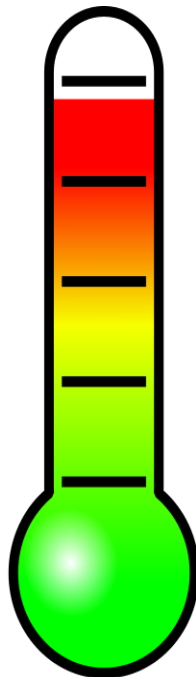


tot weerwolfje?

Grens passerend griezelen... deel 3

Gezonde angst

Angst hoort er bij in het leven. Het is een emotie, is gezond en stimuleert. Het is zelfs heel nuttig omdat het zorgt dat je in veiligheid blijft en geen gevaarlijke dingen doet. Geen probleem zou je zo zeggen. Maar dat wordt het wel als angst te groot wordt.



Ongezonde angst

Als angst te groot wordt belemmert het je in het dagelijks leven. Angst verlamt en kan je tegen houden om goed te functioneren.

Wat is de relatie angst – vertrouwen?

Zonder vertrouwen voelen we angst en angst staat vertrouwen in de weg. Vertrouwen en zelfvertrouwen zijn kwaliteiten die de ontwikkeling en het leren stimuleren. Een gevoel van veiligheid is de basis voor een voorspoedige ontwikkeling van kinderen. Dit zijn belangrijke pijlers van het leven!

Past 'angstaanjagen' dan nog binnen 'kinderspel'?

Op www.ed.nl (nieuwssite) van 27 okt. 2013 kwam ik de volgende kop tegen: "Angst wordt er tijdens de Halloweenocht genoeg aangejaagd, maar wel altijd met een knipoog".

Met die snelheid van een knipoog is een ongezonde angst niet weggenomen...