



Kathy Hopmann
Alle fugle har angst
68 sider
Frydenlund

En ret lækker bog skrevet til børn mellem 5 og 10 år, og som lider af angst.

Men ikke mindst er bogen egnet til højtlesning af de voksne, børnene har omkring sig, såsom deres forældre, bedsteforældre, søskende, lærere, pædagoger osv.

Meget fine billeder bliver understøttet af flotte og vedkommende tekster, som støtter barnet i, at det nu er, som det er, og sådan kan vi alle have det, og det kan være, tingene bliver anderledes engang.

Kloge ord, vedkommende ord som helt sikkert vil kunne få børnepsykologers blå stempel:

Ofte har vi ikke energi til at være sammen med nogen.

Vi ved godt, at andre ville ønske, vi havde det bedre, og vi har ikke lyst til at skuffe dem eller være til besvær.

Nogle gange er vi så pressede, at vi kommer til at råbe af andre.

Selvom vi gerne vil være sammen med andre, kan tanken om at være omgivet af mennesker fylde os med angst.

At være sammen med dem, der lytter til os og accepterer os, gør en kæmpe forskel.

Angsten er ikke farlig, men den kan være irriterende.

... de forstår ikke, at når angsten griber fat i din hjerne, så overtager den din krop, og du

vil gøre hvad som helst for at komme i sikkerhed.

Du er IKKE hjælpeløs, og der ER ting, du kan gøre for at lette det greb, angsten har på dit liv.

I bogen her er det levende dyr, der ledsager de underfundige tekster, og som skal fortælle barnet, hvad man kan gøre for at minimere angsten og blive rolig igen.

En varm bog der stråler af overskud og rummelighed overfor børn, der har det svært.