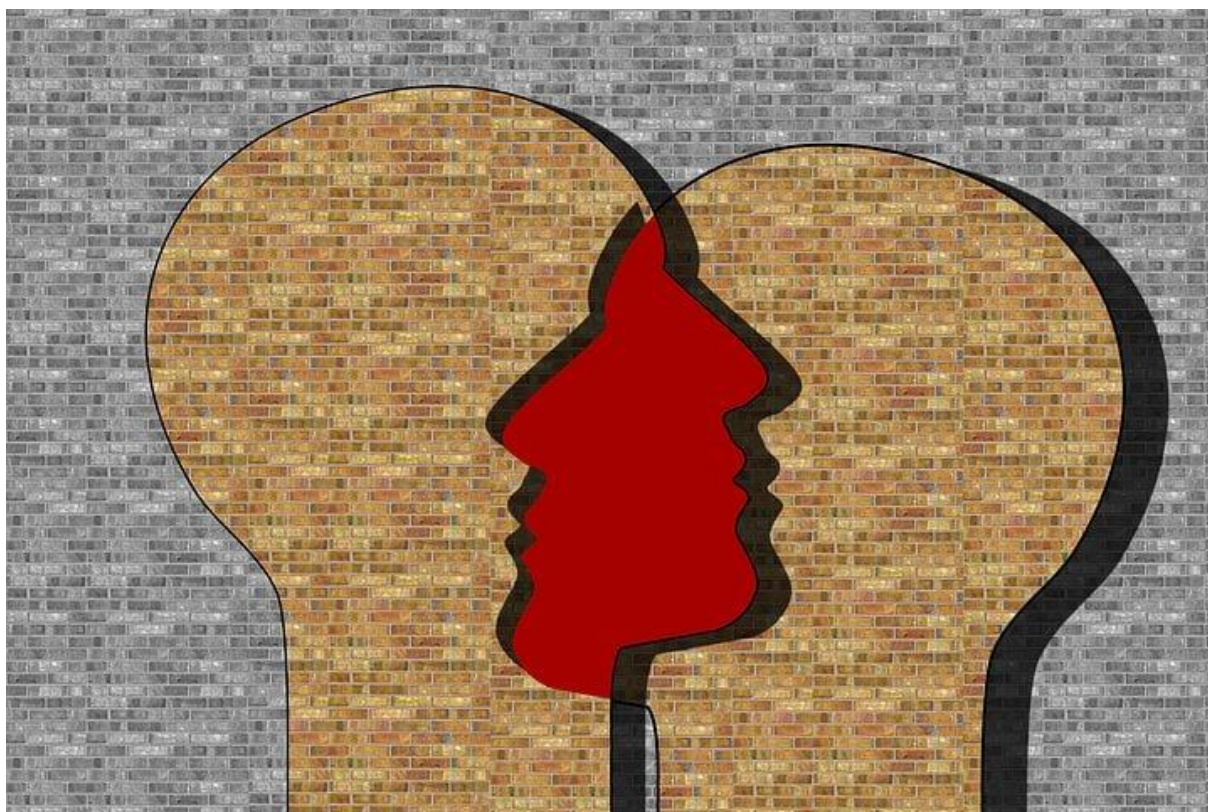


Hogyan fejezem ki a haragomat?

Amikor megbántanak, én nem mérges vagy dühös leszek. Nagyon érzékeny ember vagyok, így az ilyen helyzetek sokkal inkább szomorúsággal töltenek el. Érzékenységet sokan ki is használják.

Az is jellemző rám, hogy sok mindent magamra veszek, pedig tudom, nem kellene. Viszont ha egy barátomat, hozzám közel álló személyt bántanak meg, azonnal kiállok melléjük, megvédem őket. Furcsa kettősséget érzek tehát magamban. Elképzelhető, hogy ez is a kamaszkor velejárója. Igaz, nem minden osztálytársamnál vagy barátomnál tapasztalok hasonlót. Nem vagyunk egyformák, ez igaz.

A haragot pedig igyekszem elkerülni. Mondják: a harag rossz tanácsadó. Ezzel teljesen egyetértek. Mindig arra törekszem inkább, hogy a dolgokat igyekezzünk higgadtan megbeszélni.



Mostanság tanulom ezt. Remélem, hogy felnőttként majd képes leszek tudatosan kezelni a haragot.

Domján Noémi 7.b

Landorhegyi Sportiskolai Általános Iskola