

Hvad er nu det for noget?

Lidt om halloween og øvelser i at kunne rumme følelserne, også der ubehagelige...

Jeg er et lille græskar

Hul som en spand

Mund og øjne gør mig til lygteemand

Når det er mørkt derude

Tænd mit lys

Når gæster kommer

Giv et gys 🎃

Halloween/lygtefest inviterer til samtale om en masse ting, vi ellers ikke taler om, og der er mange nye ord at tale om: hygge/uhygge, gys/gru, lygte mænd, gravsten, bange/skræmt, døden/savn – og hvilket sprog er "halloween" egentlig selv fra?

At turde møde det uhyggelige kræver at vi tør tale om det, på en alderssvarende måde, samt stille og roligt få erfaring med det for bedre at kunne håndtere følelserne senere hen i livet. Så det er bare med at komme i gang og kaste sig ud i Halloween's legende gys. Når vi bliver bange for sjov, så træner vi nemlig blandt meget andet nervesystemet.

👻 i ønskes alle en rigtig (u-)hyggelig "det-er-fuldt-legalt-at-forskrække-børnene-i-dag-dag"! 🧛🎃👤