



Var rädd för rätt saker.

Vi är programmerade att upptäcka faror. Förr kunde en sabeltandad tiger lura bakom varje hörn eller en grottbjörn trycka inne i mörkret. Då gällde det att hålla koll på alla läskigheter. Vår hjärna är fortfarande inställd på att det finns faror överallt men om det inte finns några, skapar den ibland egna.

Visst finns det saker man ska vara försiktig med, som trafik eller droger. Men mycket som vi undviker eller blir arga över är kanske inte så farligt. Om man har fördomar och ser faror som inte finns är det lätt att ta korkade beslut. Som att till exempel bråka med någon som kanske bara skojar eller att inte prata med någon som är annorlunda än en själv. Det gäller att bara vara rädd för rätt saker!



Du hittar fler tips på
arla.se/arlakadabra eller growingminds.se