

# ATT BEMÖTA ANDRAS ILSKA

1. Lyssna vad den arga personen vill säga.
2. Försök att förstå varför personen är arg.
3. Bestäm vad du kan göra eller säga för att lugna ner personen.
4. Försök att göra det.

## BEMÖTA ANDRAS ILSKA

Namn: \_\_\_\_\_

### Veckans utmaning:

När kan du pröva detta under nästa vecka? \_\_\_\_\_

Med vem kan du träna detta? \_\_\_\_\_

Ja    Nej

Lyssnade du på personen?

  

Försökte du förstå personen som var arg?

  

Kunde du lugna ner personen?

  

Hittade du på ett bra sätt att göra det på?

  

Detta kan jag göra bättre:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Bedöm själv hur bra du använde färdigheten:

Utmärkt



Godkänt



Dåligt



Vet inte



### **Nr 18: Bemöta andras ilska**

1. Lyssna vad den arga personen vill säga.
2. Försök att förstå varför personen är arg.
3. Bestäm vad du kan göra eller säga för att lugna ner personen.
4. Försök att göra det.

### **Nr 18: Bemöta andras ilska**

1. Lyssna vad den arga personen vill säga.
2. Försök att förstå varför personen är arg.
3. Bestäm vad du kan göra eller säga för att lugna ner personen.
4. Försök att göra det.

### **Nr 18: Bemöta andras ilska**

1. Lyssna vad den arga personen vill säga.
2. Försök att förstå varför personen är arg.
3. Bestäm vad du kan göra eller säga för att lugna ner personen.
4. Försök att göra det.

### **Nr 18: Bemöta andras ilska**

1. Lyssna vad den arga personen vill säga.
2. Försök att förstå varför personen är arg.
3. Bestäm vad du kan göra eller säga för att lugna ner personen.
4. Försök att göra det.

