

ATT IGNORERA

1. Titta bort



2. Lyssna inte



3. Var tyst



Att ignorera

Instruktörsversion

1. Titta bort

Titta inte på personen som du vill ignorera. Försök att titta på en annan person eller en sak som finns i närheten.

2. Lyssna inte

Lyssna inte på personen som pratar. Försök att lyssna på någon annan istället.

3. Var tyst

Säg ingenting till personen som du vill ignorera.

Förslag på situationer:

Skola: En klasskamrat försöker prata med dig när du vill lyssna på vad din lärare säger.

Fritid: Din bror/syster kommer och stör när du tittar på TV.

Kommentarer:

Diskutera kring när man ska ignorera någon, tex när någon vill störa dig för att få uppmärksamhet, och när man inte ska göra det. Skilj på de situationer då en kompis stör dig för att få tex hjälp med något eller vill leka.

Hemuppgift

Namn: _____

Att ignorera

1 _____



2 _____



3 _____



När kan jag träna på att ignorera?



Morgon



Lunch



Kväll

Vem ska jag ignorera? _____

Var ska du ignorera personen?



I skolan



På fritiden

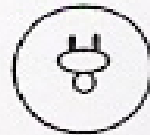


Hemma



Någon annanstans

Hur gick det?



Jättebra

Dåligt

Vet inte

ATT IGNORERA

1. Titta bort



2. Lyssna inte



3. Var tyst



ATT IGNORERA

1. Titta bort



2. Lyssna inte



3. Var tyst



ATT IGNORERA

1. Titta bort



2. Lyssna inte



3. Var tyst



ATT IGNORERA

1. Titta bort



2. Lyssna inte



3. Var tyst

