

Det kan gjøre godt for oss å takle vanskelige situasjoner som å bli holdt utenfor

## **Å TAKLE Å BLI HOLDT UTENFOR**

*Hvis vi noen gang blir holdt utenfor over lengre tid og vi går med vondt i magen og kroppen, må vi alltid si ifra til en voksen sånn at vi kan få hjelp. Hvis vi enkelte ganger får nei til å bli med på leken, kan vi derimot øve oss på hvordan vi skal takle det.*

Skriv ned noen stikkord hva du tenker det betyr å takle å bli holdt utenfor:

---

---

Å takle å bli holdt utenfor kan være bra fordi: Her er noen eksempler på situasjoner hvor

det kan være lurt å takle å bli holdt utenfor:

Dette kan jeg si hvis jeg blir holdt utenfor:

Dette kan jeg gjøre hvis jeg blir holdt utenfor: