

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

## Å TAKLE Å BLI ERTET

*Hvis vi noen gang blir mobbet 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 noen enkelte ganger sier noe ertete til oss, kan vi derimot øve oss på hvordan vi skal takle det.*

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

---

---

Å takle å bli ertet kan være bra fordi:

Her er noen eksempler på situasjoner hvor

det kan være lurt å takle å bli ertet:

Dette kan jeg si hvis jeg blir ertet

Dette kan jeg gjøre hvis jeg blir ertet: