

Hitta lösningen!

Men först: Vad är problemet?



UNDERSVINGS- OCH
KULTURMINISTERIET

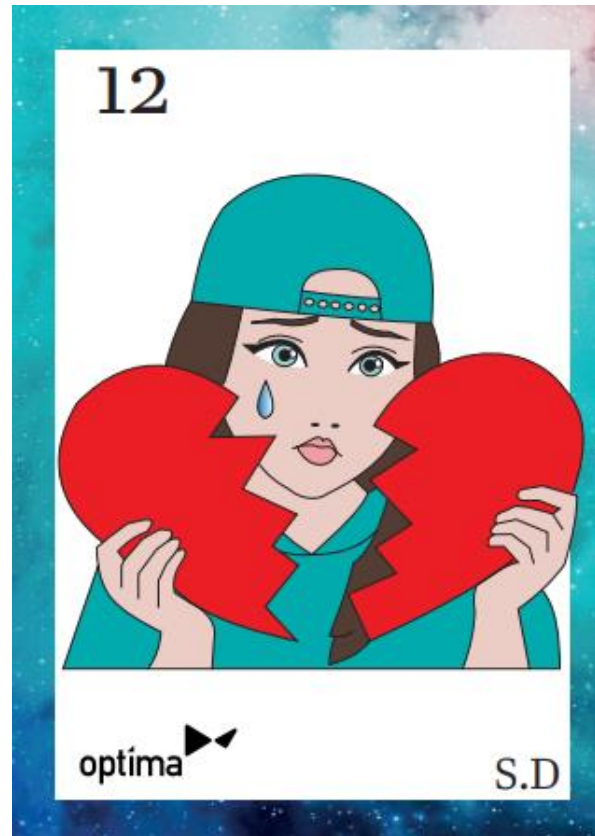


INNER
DEVELOPMENT
GOALS

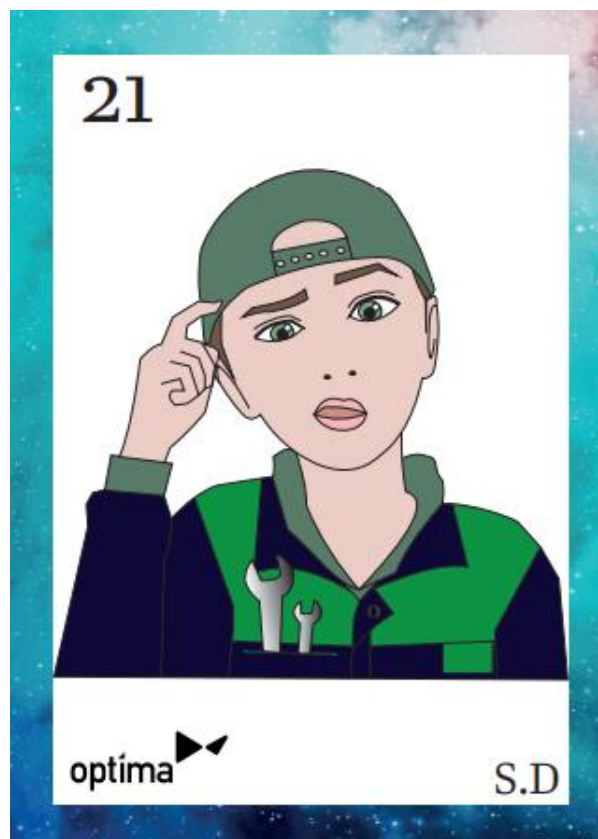




Tim är tillbakadragen och tystlåten då han kommer till skolan. Vad kan ha hänt?
Vilka problem kan ha uppstått under morgonen? Hur kunde ha han löst problemen?



Emma är förkrossad och vill inte gå till skolan. Vad kan ha hänt? Mår hon bättre av att stanna hemma? Vad kan hon göra för att orka vara i skolan fast det är tungt?



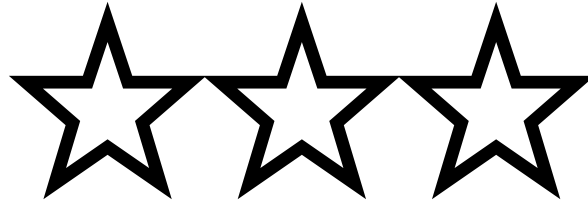
Alexander har många uppgifter som ska göras den här veckan, både i skolan och hemma. Vad allt kan det vara? Vad ska han börja med? Ska han börja med det lättaste, roligaste eller det viktigaste?



Meira våndas och skäms över något som hänt på matrasten. Vad kan det vara som Meira varit med om? Vad kan hon göra för att känna sig bättre och kunna äta lunch alla dagar i matsalen?



Jessica är väldigt rädd för något. Vad kan det vara som gör henne så förskräckt? Ge fem olika förslag. Hur kan hon göra för att klara av dessa situationer?



Bra jobbat!

Vi har alla jobbiga känslor ibland. Vissa situationer utmanar oss mer, så försök hitta lösningar på problem i förväg. Om något känns jobbigt just nu, ta en paus och försök tänka på något trevligt: ditt favoritdjur, en vän eller en dag på stranden.

Det finns många lösningar och sätt att lösa problem på!



**INNER
DEVELOPMENT
GOALS**