

Bilag 6: Støttesystemer ved frustration eller vrede

Når jeg kan mærke, at jeg er ved at blive vred på et andet barn, skal jeg:

1. trække vejret dybt
2. sige STOP!
3. gå væk
4. hente en voksen.

Når jeg har svært ved det faglige, skal jeg:

1. trække vejret dybt
2. spørge min sidemakker om hjælp
3. række fingeren i vejret og vente på min tur
4. tage min ekstramappe frem og arbejde i den, til jeg får hjælp.

Når jeg kan mærke, at jeg er ved at blive vred, skal jeg:

1. trække vejret dybt
2. stoppe op
3. finde ud af, hvad problemet er
4. finde ud af, hvilke løsninger, der er:
 - sige stop!
 - hente en voksen
 - gå væk!
5. tænke over, hvilken løsning der er bedst.
6. Gør det!
7. Virkede det?
8. Prøv en anden løsning!

