

## **Nr 29: Hålla sig borta från bråk**

1. Bestäm om det kan bli bråk.
2. Tänk på riskerna och bestäm om du vill undvika det.
3. Tänk på vad du kan göra istället för att bråka.
4. Berätta att du inte vill ha bråk med dem.
5. Föreslå andra saker ni kan göra eller gå därifrån.

## Hålla sig borta från bråk

När kan du pröva detta under nästa vecka? \_\_\_\_\_

Med vem kan du träna detta? \_\_\_\_\_

**Ja** **Nej**

Stannade du upp och tänkte efter vad du kunde göra?

Tänkte du på konsekvenserna?

Hade du någon skuld i situationen?

Vad gjorde du för att lugna ner dig?

### Detta kan jag göra bättre:

---

---

---

Bedöm själv hur bra du använde färdigheten:

Utmärkt

Godkänt

Dåligt

Vet inte



**Nr 29: Hålla sig borta från bråk**

1. Bestäm om det kan bli bråk.
2. Tänk på riskerna och bestäm om du vill undvika det.
3. Tänk på vad du kan göra istället för att bråka.
4. Berätta att du inte vill ha bråk med dem.
5. Föreslå andra saker ni kan göra eller gå därifrån.

**Nr 29: Hålla sig borta från bråk**

1. Bestäm om det kan bli bråk.
2. Tänk på riskerna och bestäm om du vill undvika det.
3. Tänk på vad du kan göra istället för att bråka.
4. Berätta att du inte vill ha bråk med dem.
5. Föreslå andra saker ni kan göra eller gå därifrån.

**Nr 29: Hålla sig borta från bråk**

1. Bestäm om det kan bli bråk.
2. Tänk på riskerna och bestäm om du vill undvika det.
3. Tänk på vad du kan göra istället för att bråka.
4. Berätta att du inte vill ha bråk med dem.
5. Föreslå andra saker ni kan göra eller gå därifrån.

**Nr 29: Hålla sig borta från bråk**

1. Bestäm om det kan bli bråk.
2. Tänk på riskerna och bestäm om du vill undvika det.
3. Tänk på vad du kan göra istället för att bråka.
4. Berätta att du inte vill ha bråk med dem.
5. Föreslå andra saker ni kan göra eller gå därifrån.