Min trygga lista: åk F–3

I den här övningen får eleverna rita eller skriva vilka vuxna i skolan de kan gå till när de behöver hjälp eller vill berätta om något.

15-20 min Åk F-3

Instruktioner

Syfte

- Hjälpa eleverna att hitta vuxna i skolan som de kan prata med.
- Träna på hur man kan börja be om hjälp.
- Visa att man kan berätta på olika sätt.

Gör så här

1. Berätta att de vuxna som arbetar i skolan ska hjälpa till när en elev är ledsen, orolig eller med något som inte känns bra.
2. Prata tillsammans om vilka vuxna som finns i skolan. Skriv upp några exempel på tavlan, till exempel lärare, fritidspersonal, skolsköterska, kurator och rektor.
3. Ge eleverna varsitt papper. Be dem rita eller skriva två eller tre vuxna i skolan som de skulle kunna gå till. Hjälp elever som behöver stöd med namn eller stavning.
4. Prata om olika sätt att berätta. Man kan:
    - prata med en vuxen
    - skriva eller rita vad som har hänt
    - ta med en kompis
    - be en annan vuxen följa med

5. Läs upp några enkla meningar som eleverna kan använda:
    - Jag behöver hjälp.
    - Något har hänt.
    - Det känns inte bra.
    - Jag är orolig för en kompis.
    - Kan vi prata?

6. Avsluta med att berätta att eleven ska försöka prata med en annan vuxen om den första vuxna inte

lyssnar eller förstår.

Låt eleverna ta med sin trygga lista eller förvara den på en plats där den är lätt att hitta.

Tips!

- Eleverna behöver inte visa sin lista eller berätta om egna upplevelser inför klassen.
- Om en elev inte kan komma på någon vuxen, följ upp eleven enskilt och hjälp till att hitta någon i skolan som eleven kan vända sig till.
- Var beredd på att en elev kan vilja berätta något under eller efter övningen. Följ skolans rutiner.

Vad tyckte du om övningen?

Skanna QR-koden & lämna gärna en kommentar.