**Tema: Trygghet og glede.**

Si noe om sosial persepsjonstrening

Fra nettsiden “Livet og sånn”. Tema “Trygg” for 7. trinn. Vise filmen øverst på siden (Trygg på skolen) 3 min.

Spørsmål til samtale etter filmen:

-Hva trenger du for å kjenne deg trygg på skolen og på fritida?

-Hva kan du gjøre for at andre skal kjenne seg trygge og bli glade?

Evt. vise filmen GLEDE (Gjøre andre trygge og glade)

Fra “Livet og sånn”. Tema “Tanker” for 7. trinn

Snakke litt om sammenhengen mellom tanker, følelser og handling. Kan vise eller printe ut “bildene” under overskriftene:

## **“Hva er det vits i å tenke på”?**

## **“Tanker, følelser og handling påverkar hverandre”**

Bruke case/eksempel med “Bestevennen din skal flytte.”

Evt. Hvis tid. Snakke litt om stress ut fra temaet Stress fra nettsiden “Link til livet.” Jeg og de andre.

Skrive ut og la de lime inn bildet i God nok boka og svare på det.

