



VET – TROR – HAR HØRT

Hva vet Selma? Hva tror Selma?
Hva har hun hørt fra andre?

Klipp ut utsagnene og plasser dem der du mener de hører hjemme.
Snakk sammen om hvorfor.



VET

Dette vet Selma
helt sikkert.



TROR

Dette tror Selma.
Det er en antakelse.



HAR HØRT

Dette har Selma
hørt fra andre.
Selma vet ikke om
det er sant.



Den nye naboen
bor i en hytte
i skogen.

Besta skal besøke
en venn
i skogen.

Selma har aldri møtt
den nye naboen.

Den nye naboen
er et troll.

Nabotrollet lokker
barn inn i skogen.

Barn som går inn
i skogen, blir
sporløst borte.

Nabotrollet
er farlig.

Besta er i fare
hvis han går inn
i skogen.

Den nye naboen
bor alene
i skogen.



SNAKK SAMMEN:

- Hvordan vet Selma dette?
- Hvordan kan vi finne ut om noe stemmer?
- Hva kan vi gjøre hvis vi er usikre?



1 HVOR I KROPPEN KJENNER DU ULIKE FØLELSER?

Fargelegg eller tegn hvor i kroppen du kjenner disse følelsene.

Det er ikke noe riktig eller galt – vi kjenner forskjellig.



URO / REDD

Hvor kjenner du det?



GLAD

Hvor kjenner du det?



TRIST

Hvor kjenner du det?



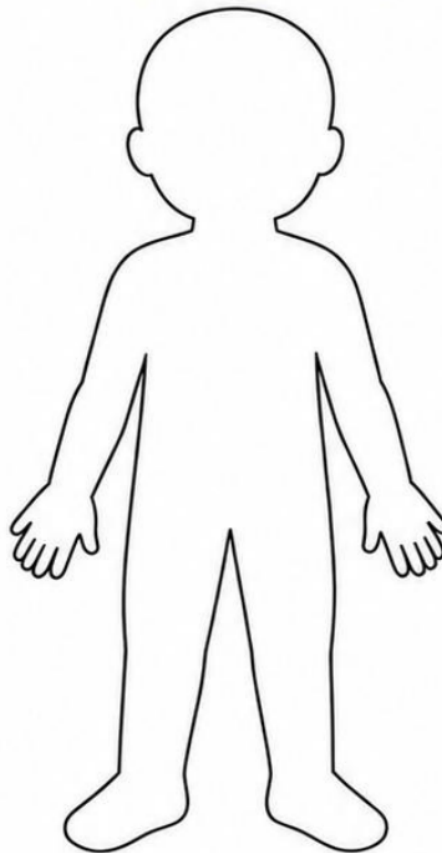
SPENT

Hvor kjenner du det?



RO / TRYGG

Hvor kjenner du det?



Kroppen kan reagere forskjellig fra person til person. Det som hjelper én, er ikke alltid det som hjelper en annen.



3 TRE TRYGGE VALG

Når jeg kjenner uro eller blir redd, kan jeg gjøre disse tre tingene:

1 STOPP OPP



Ta en pause.
Stopp det du holder på med.

2 PUST ROLIG



Pust inn ...
Pust ut ...
Gjør det sakte.

3 SNAKK MED EN TRYGG VOKSEN



Fortell det til en voksen du stoler på.



HVEM ELLER HVA GJØR MEG TRYGG?

Tegn en person, noe eller et sted som gjør deg trygg.



DET ER BRA Å BE OM HJELP. DU ER IKKE ALENE.





FRA RYKTE TIL VENNSKAP

- vennskapssti

Selma og Kalib visste lite om Ove først.
Etter hvert ble de kjent med ham og oppdaget noe helt annet.
Tenk på reisen deres fra rykter til vennskap.
Hva måtte de overvinne på veien?



HVA DE TRODDE OM OVE

HVA DE OPPDAGET OM OVE



HVA HJALP SELMA OG KALIB PÅ VEIEN?

Skriv eller tegn tre ting som hjalp dem å bli kjent med Ove.

1

2

3

MIN TRYGGE PLASS

Tegn et virkelig eller tenkt sted
der du ville følt deg trygg og godt til rette.

Hva gjør dette stedet trygt og godt for deg?