

[Hanlingsplan]

Skriv - To ting jeg kan gøre for at holde op med at føle mig ensom.

1. _____

2. _____

KRYDS AF ANDRE TING DU VIL PRØVE I DEN KOMMENDE UGE:

- At finde en med de samme interesser som du selv.
- At tale med en du normalt ikke ville tale med.
- At giv en eller anden et fødselsdagskort eller en gave.
- At gå eller køre hjem med en eller anden.
- At være med når andre gør noget.
- At være mere venlig overfor folk du normalt overser.
- At inviter en eller anden ud.
- At fortælle Gud hvordan du har det.
- At snak med en voksen du kan stole på.
- At komme med i en klub eller organisation.

HVIS DU TØR, SÅ PRØV AT SNAKKE MED DINE FORÆLDRE OM DINE BESLUTNINGER

