



SELVHEVDELSE

JANUAR/FEBRUAR

Elevene skal lære å **si sin mening på en respektfull måte**, stå opp for seg selv og egne grenser, og delta trygt i sosiale og faglige sammenhenger.

Selvhevdelse er en viktig del av **sosial kompetanse**, og inngår i det tverrfaglige temaet **folkehelse og livsmestring** i LK20.

Evnen til selvhevdelse er ofte avgjørende for å kunne delta aktivt i sosiale fellesskap. I dette ligger også evnen til å kunne si nei til det du for eksempel helst ikke bør være med på. Selvhevdelse omfatter å be andre om hjelp, kunne stå for noe selv og å reagere på andres handlinger.

Delmål:
Jeg klarer å si nei hvis det er noe jeg ikke vil.

Jeg klarer å be andre om hjelp.

Jeg klarer å stå for meningen min, og argumentere for den.