

En god venn



Sosial kompetanse

© Løsningen er laget for Norsk Forbund for Utviklingshemmede med støtte fra Stiftelsen Dam. Karde AS har utviklet løsningen i samarbeid med Grenland Folkehøgskole. Med enerett.



Snakking og samtaler

En god venn:

- **snakker sant** og lyver ikke
- venter på tur i samtaler og snakker når det er **egen tur**
- **avbryter ikke** stadig vekk, men lar andre snakke ferdig
- lytter ordentlig når andre snakker
- baksnakker ikke noen



Sosial kompetanse

© Løsningen er laget for Norsk Forbund for Utviklingshemmede med støtte fra Stiftelsen Dam. Karde AS har utviklet løsningen i samarbeid med Grenland Folkehøgskole. Med enerett.



Samvær

En god venn:

- tar **initiativ** til å være sammen, spesielt hvis vennen er ensom
- holder **kontakten** over tid
- møter til avtalt tid
- sier ifra om forsinkelse eller at avtalen ikke går likevel
- furter ikke hvis den andre må avlyse en avtale
- respekterer andres **intimgrenser**, det vil si trenger seg ikke for nær en annens **kropp** eller **ansikt**
- kan gi en klem, hvis vennen synes det er greit



Sosial kompetanse

© Løsningen er laget for Norsk Forbund for Utviklingshemmede med støtte fra Stiftelsen Dam. Karde AS har utviklet løsningen i samarbeid med Grenland Folkehøgskole. Med enerett.

Hyggelig oppførsel

En god venn:

- er høflig, **hilser** pent og **takker**
- sier ærlig **unnskyld** når noe galt har skjedd
- gir **komplimenter** og positive kommentarer
- gir ikke negative kommentarer for eksempel om:
 - kroppen
 - klærne
 - utseendet
 - hårfrisuren
- **gratulerer** med bursdager og andre viktige hendelser



Sosial kompetanse

© Løsningen er laget for Norsk Forbund for Utviklingshemmede med støtte fra Stiftelsen Dam. Karde AS har utviklet løsningen i samarbeid med Grenland Folkehøgskole. Med enerett.



Interesse og støtte

En god venn:

- **interesserer seg** i vennen, for eksempel ved å spørre:
 - hvordan det går
 - om ferieplaner
 - om det har skjedd noe fint i det siste
 - om vennen har vært frisk
- **lytter godt** når vennen svarer og forteller
- **trøster** hvis vennen er lei seg
- tilbyr en tjeneste hvis vennen ikke klarer å gjøre noe viktig selv



Sosial kompetanse

© Løsningen er laget for Norsk Forbund for Utviklingshemmede med støtte fra Stiftelsen Dam. Karde AS har utviklet løsningen i samarbeid med Grenland Folkehøgskole. Med enerett.

Spill og lek

En god venn:

- **inviterer** andre med i spill og lek
- stenger **ingen** andre ute
- venter på tur i spill og lek
- blir ikke sint og sur, men tar et tap med **godt humør**
- **gratulerer** vinneren, for eksempel med å si:
 - "Godt spilt!"
 - "Du tok meg nesten!"
 - "Godt gjort!"



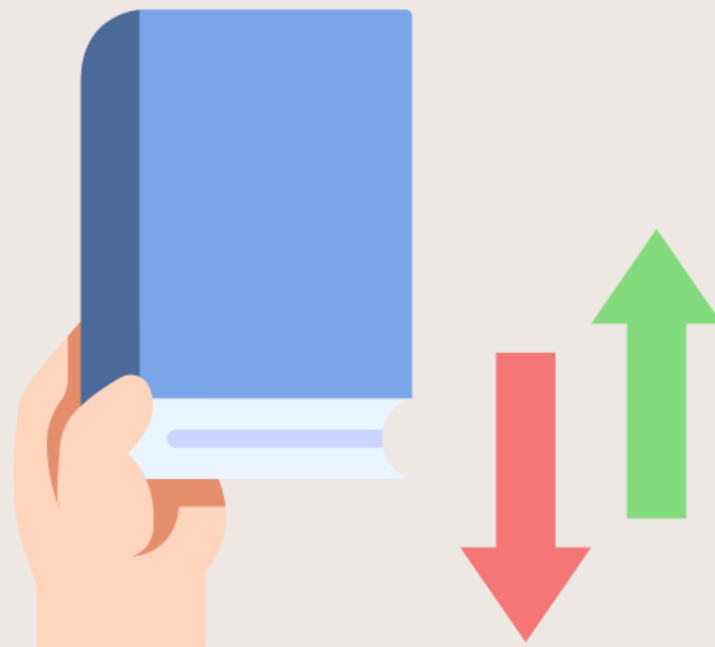
Sosial kompetanse

© Løsningen er laget for Norsk Forbund for Utviklingshemmede med støtte fra Stiftelsen Dam. Karde AS har utviklet løsningen i samarbeid med Grenland Folkehøgskole. Med enerett.

Saker og ting

En god venn:

- **deler** når andre ikke har, eller har glemt å ta med, for eksempel:
 - snack eller godteri
 - drikke
 - mat i matpakken
- **låner bort**, for eksempel:
 - bøker, blader eller spill
 - penger (små beløp)
 - klær til fest
 - sports-utstyr
- **returnerer** lånte penger, bøker, blader, klær eller sports-utstyr i tide og i god stand



Sosial kompetanse

© Løsningen er laget for Norsk Forbund for Utviklingshemmede med støtte fra Stiftelsen Dam. Karde AS har utviklet løsningen i samarbeid med Grenland Folkehøgskole. Med enerett.