

Denna mall kan användas till mycket, t.ex. med vad som är okej/inte okej att göra när man är arg eller när man förhandlar. Det röda och gröna kan ge en tydlighet, där man försöker jobba upp bra strategier inom det gröna som man övar på tillsammans, men även får ned tydligt vad samordnaren inte tycker är okej att göra. Det kan göra det lättare att då hänvisa en ungdom som i samtal hamnar på rött beteende, men även göra det lättare för ungdomen att förstå vilka beteenden som kan leda till poängavdrag eller steg 1.

Bra om ungdomen är med att skapa listan, d.v.s. att listan på okej/inte okej beteenden skrivs tillsammans med ungdom – den är inte tänkt att ges ut som den är skriven nu utan behöver anpassas efter varje enskild ungdom!

## **Tips på saker som är okej att göra och säga**

Gå till en vuxen och ta hjälp

Gå ut utanför huset eller in på rummet

Ignorera

Ta några djupa andetag

Räkna till 10

Berätta lugnt för den andra hur du känner, T.ex. ”när du gör så blir jag arg”

Gå därifrån/Säg stopp och gå undan

Prata med den andra

Lugn röst, tonläge, hur och vad

Ring till Ungdomsbehandlare eller Jour

## **Saker som inte är okej att göra och säga**

Hota någon genom exempel ord eller kropp

Tala med hög röst eller skrika

Göra aggressiva eller hotande gester

Slå på något, kasta och slå sönder saker

Fysiskt ge sig på någon

Spotta på någon

Använda svordomar och fult språk

Säga saker som kan trigga igång ett bråk

Exempel ”Vad ska du göra åt saken?”