

Forventet adfærd, når du er en del af en gruppe

Når vi bruger hjernen til at lytte med og holder kroppen i ro, kan andre se, at vi er opmærksomme på det, de siger. Det vil få dem til at tænke positivt om os!



Gennemgå følgende situationer. Find ud af, om personen bruger kroppen og hjernen til at være en del af gruppen, og om han eller hun udviser forventet adfærd. Kom derefter med et smart gæt på, hvordan personen sandsynligvis føler i situationen, og hvilke tanker personen kan have. Sæt ring om, eller skriv dit svar.

1. Min veninde fortæller mig om den basketballkamp, hun snart skal spille med sit hold. Jeg kigger på hende, smiler og nikker, mens hun taler.

Jeg udviser | **Jeg udviser ikke** forventet adfærd i situationen.

Min veninde vil tænke, at jeg er | **ikke** er interesseret i hendes basketballkamp.

Min veninde vil sandsynligvis føle sig _____ og vil have **gode** | **dårlige** tanker om mig.

2. Min lærer skriver en historieopgave op på tavlen til os. Jeg sidder og leger med mit hår og banker med foden, mens jeg kigger rundt i lokalet.

Jeg udviser | **Jeg udviser ikke** forventet adfærd i situationen.

Min lærer vil tænke, at jeg er | **ikke** er interesseret i opgaven.

Min lærer vil sandsynligvis føle sig _____ og vil have **gode** | **dårlige** tanker om mig.

Forventet adfærd, når du er en del af en gruppe

3. Min familie og jeg er taget hen for at se min søsters danseopvisning. Jeg sidder på min plads og kigger op på scenen og holder mine hænder og fødder i ro. Jeg kigger på danserne og lytter til musikken.

Jeg udviser | **Jeg udviser ikke** forventet adfærd i situationen.

Min familie vil tænke, at jeg er | **ikke** er interesseret i opvisningen.

De vil sandsynligvis føle sig _____ og vil have **gode** | **dårlige** tanker om mig.

4. Jeg sidder ved siden af min veninde, mens vi spiser. Hun fortæller mig om en film, hun så i weekenden. Jeg kigger ned på min madpakke og begynder at løfte de øverste madder op for at se, hvad der er på dem nedenunder. Bagefter vender jeg mig rundt for at se, hvad der ellers sker i klassen.

Jeg udviser | **Jeg udviser ikke** forventet adfærd i situationen.

Min veninde vil tænke, at jeg er | **ikke** er interesseret i det, hun fortæller.

Hun vil sandsynligvis føle sig _____ og vil have **gode** | **dårlige** tanker om mig.

5. Jeg er derhjemme, hvor min mor hjælper mig med mine lektier. Jeg tænker over, hvad hun siger, og nikker, mens jeg lytter. Jeg kigger skiftevis på mine lektier og på min mor, når hun siger noget.

Jeg udviser | **Jeg udviser ikke** forventet adfærd i situationen.

Min mor vil tænke, at jeg **gerne vil have** | **ikke vil have** hendes hjælp.

Hun vil sandsynligvis føle sig _____ og vil have **gode** | **dårlige** tanker om mig.