



Övning: Öva på vardagliga roller

Varför?

Du får erfarenhet av olika normala sociala situationer i vardagen och att agera enligt de roller som hör till dem.

Hur?

1. Fundera på i vilken vardaglig situation du skulle vilja öva på att tala och hurdana roller deltagarna har. Det kan till exempel handla om att besöka skolans kansli eller delta i ett samtal på rasten.

2. Öva med en vän eller familjemedlem på repliker som ofta förekommer i en liknande situation.

Öva även på att

- argumentera emot
- uttrycka din åsikt
- ställa ytterligare klagörande frågor för att hålla igång samtalet när samtalspartnern är tyst.

3. Du kan också lägga till att öva på att presentera dig själv samt avsluta samtalet.

4. När du känner att du är redo kan du söka dig till vardagliga situationer där du gradvis kan öva upp dessa färdigheter i genuina sociala situationer.
