



Hvor redd er jeg?



Fryktelig = 4 _____



Veldig = 3 _____



Noe = 2 _____



Litt = 1 _____



Ingenting = 0 _____

Merk: For barn som ikke vil innrømme at de er redde, kan du endre Redd-skalaen til Trist-skalaen eller Sint-skalaen som finnes på de to neste sidene. Prøv om det er bedre å bruke «trist» eller «sint» for ham eller henne.