**Situazioni scolastiche.**

* Hai dimenticato di studiare per un’interrogazione.
* Hai difficoltà sulla comprensione di un esercizio, ma ti vergogni a chiedere aiuto.
* Durante un compito in classe, un compagno ti chiede la risposta.
* Hai ricevuto un brutto voto e ti senti deluso.
* L’insegnante assegna un lavoro di gruppo e ti ritrovi con chi non conosci bene.
* Ti accorgi che un compagno viene escluso dal gruppo.
* Hai molte verifiche nella stessa settimana: come ti organizzi?
* Hai copiato i compiti da internet, ma poi l’insegnante te lo fa notare.

**Situazioni personali e relazionali.**

* Hai litigato con un amico/a a scuola.
* Hai timore di parlare davanti alla classe.
* Ti senti in difficoltà con una materia e pensi di “ non essere capace”.
* Hai fatto una scelta diversa dal gruppo per seguire ciò che ritenevi giusto.
* Hai aiutato un compagno anche se non era tuo amico.
* Ti sei sentito escluso da un’attività scolastica.
* Sei stato testimone di comportamenti scorretti ma non sai se riferirlo ad un adulto.