

# Oppilaalle – älä jää yksin pohtimaan!

- Opettaja seuraa poissaoloja ja muita Wilma-merkintöjä osana hyvinvointia ja oppimistasi. Muutokset koulunkäynnissä voivat kertoa siitä, että tilanteestasi olisi hyvä jutella yhdessä.
- Jos koulunkäynti mietityttää, älä jää pohtimaan asiaa yksin! Kerro vanhemmalle, kaverille, opettajalle tai muulle koulussa työskentelevälle aikuiselle ajatuksistasi. Aikuinen voi kuunnella ja auttaa. Myös kaverin kanssa voi yhdessä mennä juttelemaan aikuiselle.
- Koulussa on opettajan lisäksi monia aikuisia, joille puhua. esim. terveydenhoitaja, kuraattori, koulupsykologi tai nuorisotyöntekijä ovat niitä tahoja, joiden kanssa voit jutella mielelläsi olevista asioista.
- Joskus asiat mietityttävät: tärkeintä on puhua niistä ääneen. Kaikki ajatukset arvokkaita- yhdessä jutellen moni asia ratkeaa!