

# L'ajuda que els professors et poden donar i potser no sabies

[inicentrareport]Sovint tenim preocupacions que ens costa expressar i s'acaben convertint en una muntanya. Durant l'adolescència moltes d'aquestes preocupacions tenen a veure amb els estudis, amb la convivència al centre, amb l'angoixa pel futur? Sigui com sigui el primer pas per solucionar-ho és compartir-ho amb una persona adulta que et pugui escoltar i ajudar.

## **Sabies que el teu tutor o tutora de grup classe et pot atendre de manera individual?**

Els tutors/es no només fan seguiment de notes, assistència i retards. Sinó que, a part de les tutories grupals setmanals, també fan el seguiment personal, escolar i acadèmic de cada alumne/a i l'orienten quan fa falta.

## **En què et pot ajudar el teu tutor o tutora?**

- 1. Si tens algun conflicte amb companys/es**
- 2. Si tens conflictes amb algun/a professor/a**
- 3. Si tens preocupacions personals que afecten al teu rendiment acadèmic i estat d'ànim**
- 4. Si tens falta de motivació i/o et costa organitzar-te i tenir bons hàbits d'estudi**
- 5. Si t'està costant molt alguna o varies assignatures**
- 6. Si necessites orientació acadèmica o laboral pel futur**
- 7. Si vols aportar alguna queixa o proposta de millora referent a les classes, metodologia, etc.**

Per a qualsevol d'aquestes coses o el que necessitis, pots demanar una tutoria individual amb el teu tutor o tutora i explicar-li allò que et preocupa. El tutor o tutor/a et donarà opcions i possibles solucions![ficentrareport]