Scénarios de situations anxiogènes

Pour chaque scénario, tu dois trouver qu’est-ce qui est stressant (souligner) pour la personne et trouve un moyen de l’aider.

1. Jeff a 2 évaluations de français et 1 évaluation de mathématique cette semaine. Avant chaque examen, il ne se sent pas bien. Il a de gros maux de ventre.
2. Depuis 2 jours, Joanie est malade. Sa mère croit qu’elle a la gastro, donc elle ne l’envoie pas à l’école. Cette semaine, Joanie a une présentation orale à faire.
3. Noémie a très chaud et elle a mal à la tête. Elle croit qu’elle fait de la température. Elle ne peut pas demander de l’aide à sa maman, car elle est en train de se chicaner avec papa.
4. Maryse ne voit pas bien son cahier de mathématique et elle a la tête qui tourne. Pourtant, elle doit se mettre au travail parce qu’elle a 20 additions à faire avant la récréation.