

## Fysisk tryggheit

- Kor trygt kjennest det for deg å vere ulike stadar på skolen: (lyd/lys/temperatur/plassering/utveg og liknande)
- Kva kunne gjort dette tryggare for deg?

## Relasjonell tryggheit

- Kor trygt kjennest det for deg å vere saman med dei andre elevane og vaksne i klassa: (tillit, kroppsspråk, ansiktsuttrykk, toneleie, blikkontakt)
- Kva kunne gjort dette tryggare for deg?

## Emosjonell tryggheit

- Kor trygt har du det med tanke på å eigne følelsar, slitsame tankar og kroppslege reaksjonar etter det som har hendt? Har du nokon å snakke med som kan hjelpe deg? Stoler du på at du blir møtt på ein trygg måte dersom du får vonde følelsesreaksjonar i skoletida?
- Kva kunne gjort dette tryggare for deg?

## Kulturell tryggheit

- Føler du at du passar inn, og at det er ok for deg å vere deg sjølv her på skolen?
- Kva kunne gjort dette tryggare for deg?