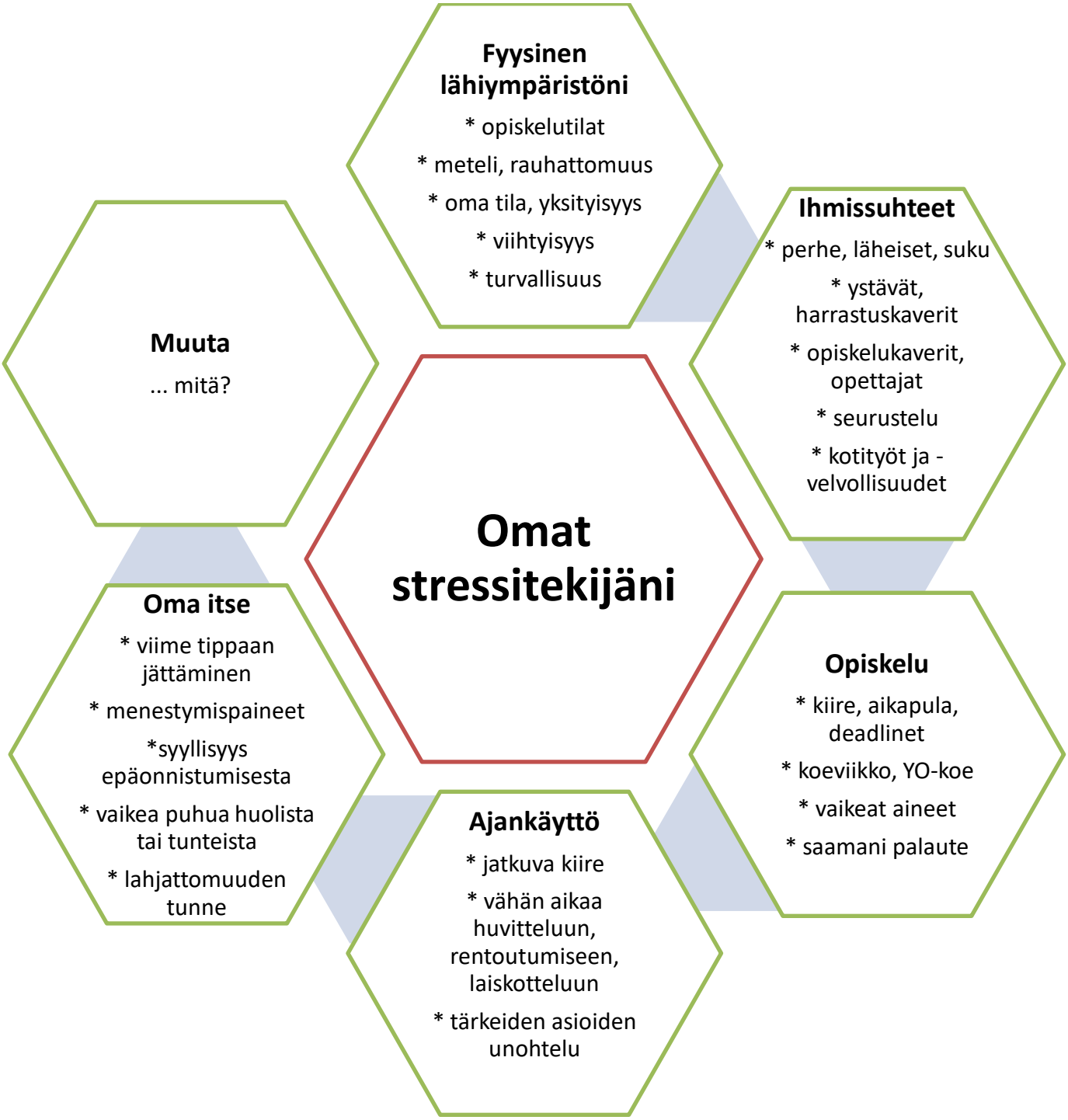
Fyysinen lähiympäristöni
* opiskelutilat
* meteli, rauhattomuus
* oma tila, yksityisyys
* viihtyisyys
* turvallisuus
Ihmissuhteet
* perhe, läheiset, suku
* ystävät, harrastuskaverit
* opiskelukaverit, opettajat
* seurustelu
* kotityöt ja -velvollisuudet
Muuta
... mitä?
Omat stressitekijäni
Oma itse
* viime tippaan jättäminen
* menestymispaineet
*syyllisyys epäonnistumisesta
* vaikea puhua huolista tai tunteista
* lahjattomuuden tunne
Opiskelu
* kiire, aikapula, deadlinet
* koeviikko, YO-koe
* vaikeat aineet
* saamani palaute
Ajankäyttö
* jatkuva kiire
* vähän aikaa huvitteluun, rentoutumiseen, laiskotteluun
* tärkeiden asioiden unohtelu