

Kedves Diákok!

Mindenkinek vannak könnyebb és nehezebb időszakai az életben. A problémákkal nem mindig kell egyedül megküzdeni! Sokszor, ha elmeséljük valakinek a gondjainkat, jobban érezzük magunkat és megoldást is könnyebben találunk közösen. Ebben igyekszem Nektek segíteni!

Keress bátran:

- **Ha mostanában gyakran vagy szomorú, hirtelen változik meg a hangulatod.**
- Ha nehezen találsz barátokat és egyedül érzed magad.
- Ha a korábbinál nehezebben megy a tanulás vagy rosszabbul teljesítesz az iskolai feladatokban.
- Ha összevesztél valakivel és ez nagyon bánt.
- Ha azt tapasztalod, hogy fáradékonyabb vagy, sokat fáj a fejed vagy szédülsz.
- Ha egy vagy több olyan változás történt az életedben, amihez nehezen tudsz alkalmazkodni.
- Ha beszélgetni szeretnél valakivel számodra fontos dolgokról.

A találkozások során először megismerkedünk, beszélgetünk rólad és a problémádról, majd közösen döntjük el, milyen gyakran és hogyan szeretnénk együtt dolgozni. Bennem megbízatsz, bármit elmondhatsz nekem. Minden tőled hallott információ köztünk marad, kivéve, ha az veszélyt jelent rád vagy másokra.