

## **Kedves Diákok!**

Előfordul, hogy olyan dolgok történnek az életedben, amivel nem tudsz megbirkózni. (Családi problémák, iskolai problémák, szeretett személy elvesztése, tanulási nehézség.)

Bárával előfordulhat, hogy nem érzi jól magát a bőrében, rossz kedve van, bizonytalan magában, nehezen tud koncentrálni, nem megy a tanulás, nehezen talál barátokat, esetleg konfliktusai vannak a társaival, vagy a szüleivel. Ilyenkor jól jöhet egy beszélgetés a baráti körtől, családtól is független szakemberrel.

Fordulj hozzánk bizalommal,

- ha fizikailag gyakran rosszul érzed magad (fáj a fejed, a hasad, hányingered van, stb.)
- ha úgy érzed, hogy túl nagy a teher rajtad
- ha nehezen megy a tanulás
- ha az iskolában nem tudod kihozni magadból mindazt, amit tudsz, ha úgy érzed, semmi nem érdekel
- ha a társas kapcsolataidban, baráti, vagy párkapcsolatodban nehézségeid vannak
- ha bizonytalan vagy abban, merre tanulj tovább
- ha aggódsz valaki, vagy valami miatt
- ha nem tudsz aludni, kialvatlan vagy és állandóan fáradt
- ha sokszor vagy ingerült, akár ok nélkül is
- ha szokásaid hirtelen megváltoztak
- ha evési zavaraid vannak
- ha hirtelen lefogytál, anélkül, hogy direkt fogyókúráznál
- ha mélyebb önismeretre vágysz
- vagy csak érdekel a pszichológia.

email: [feketeagi@vipmail.hu](mailto:feketeagi@vipmail.hu)

Feketéné Balogh Ágnes