

Psychologue scolaire



Bien-être
psychologique

Cette personne est là pour toi.

Le ou la psychologue peut :

- T'aider à trouver une nouvelle façon de voir un problème et trouver des solutions possibles avec toi;
- T'appuyer lorsque tu traverses des situations de crise, qu'elles soient passagères ou récurrentes;
- T'offrir un soutien si tu vis par exemple de l'anxiété, une difficulté personnelle, une dépression, un trouble alimentaire, etc.;
- Te guider si tu souhaites aller chercher de l'aide auprès d'un organisme communautaire, d'un médecin ou d'autres professionnels de la communauté.



Savais-tu que le ou la psychologue n'agit pas seulement auprès des personnes qui ont un problème de santé mentale? Cette personne peut aussi conseiller ceux et celles qui veulent agir pour assurer leur bien-être psychologique.

→ Tu peux contacter un ou une psychologue en écrivant

à l'adresse suivante :

ou en te rendant directement à son local :

