

## Mulighed for psykolog-hjælp for Viborg Katedralskoles elever

Skolepsykolog Lisbeth Bendtsen fortæller, at gymnasieleverne kommer til hende med problemer, som de føler sig alene med, fordi de er kede af at involvere eller bekymre forældrene. Det kan dreje sig om problemer som manglende selvværd og ensomhed, om de mange og svære valg og angsten for ikke at vælge "rigtigt" eller om at opleve sig selv som en "fiasko", fordi alt ikke er perfekt. Der kan ligeledes være problemer i familien, som det er vanskeligt at snakke om, f.eks. konflikter i forbindelse med forældrenes skilsmisse, misbrug i hjemmet eller psykisk sygdom.

Nogle unge kan have store problemer, fordi de har været udsat for seksuelle overgreb. Andre har spiseforstyrrelser, lider af angst eller har depressive tanker.

Det lyder meget alvorligt - og det er det også - men heldigvis hjælper det ofte at tale med nogen om det, der er svært, så man ikke længere føler sig alene med problemerne. Lisbeth Bendtsen kan ligeledes være behjælpelig med henvisninger til mere hjælp, hvis det skulle være nødvendigt.

Lisbeth Bendtsen har åben rådgivning på Viborg Katedralskole om **tirsdagen kl. 9.00 til 11.00** i lokalet ved siden af studievejledernes. Alle kan henvende sig.

Uden for dette tidsrum kan Lisbeth Bendtsen træffes på:

telefon 87 87 10 21 eller email: [l5b@viborg.dk](mailto:l5b@viborg.dk)

hvor man også kan lave aftaler om samtale eller samtaleforløb.