



# **SPE**

## **Des pistes pour les adolescents**

Tu rencontres des problèmes à la maison, à l'école ou en formation ? Tu en as ras-le-bol, as l'impression de ne pas t'en sortir ? Nous sommes là pour t'écouter.

Le SPE te soutient dans ton cheminement personnel. Nous t'accompagnons en cas de difficultés ou de tensions à l'école ou dans ta formation, à la maison, avec tes amis, ton copain ou ta copine. Nous t'aidons aussi à trouver des réponses à tes questions personnelles.

### **Comment se passe notre collaboration**

Nous prenons au sérieux tes préoccupations et tes soucis. Ensemble, nous réfléchissons à des solutions et à des pistes qui t'ouvriront de nouvelles perspectives. Nous cherchons ce qui te permettra de faire le premier pas. Un entretien peut suffire, parfois il faut plus de temps. Partager ses préoccupations avec un spécialiste apporte souvent un grand soulagement.

### **Tu peux compter sur nous**

Le Service psychologique pour enfants et adolescents du canton de Berne (SPE) est un service de consultation et de conseil neutre et indépendant. Nos psychologues sont soumis au devoir de confidentialité. Les consultations sont gratuites.

### **Pour nous contacter**

Tu trouveras sur notre site Internet le service de conseil le plus proche. Appelle-nous ou envoie-nous un courrier ou un e-mail.

### **Trouver des pistes**

Le Service psychologique pour enfants et adolescents est un service de la Direction de l'instruction publique et de la culture du canton de Berne

[www.be.ch/spe](http://www.be.ch/spe)

[www.be.ch/erziehungsberatung](http://www.be.ch/erziehungsberatung)