



# Le psychiatre, le psychologue

*Le psychiatre et le psychologue sont des spécialistes des sentiments et des émotions.*



**Les émotions et les sentiments, c'est quoi ?**

C'est la joie.



C'est la colère.



C'est la tristesse.



C'est la peur.





C'est l'amour.



Tout le monde a des émotions.

Parfois les émotions sont trop fortes.  
Je peux avoir du mal à les supporter.



### Comment je surveille mes émotions ?

Je vais voir mon médecin traitant :



- si je ne me sens pas bien,



- si je suis souvent très triste.

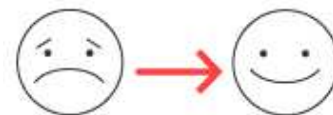




Il peut me demander d'aller voir un psychologue ou un psychiatre.



Le psychologue ou le psychiatre m'aide à exprimer mes émotions.  
Cela me fait du bien.



Le psychiatre a le droit de me faire une ordonnance pour les médicaments.



## Et pour la trisomie 21 ?

Les personnes avec une trisomie 21 ont plus de mal à exprimer leurs émotions et leurs sentiments.

