

Ansprechpartner für Schülerinnen und Schüler sowie deren Eltern in seelischen Notlagen, insbesondere zu den Themen Depression, Angststörungen und weitere psychische Störungen

**Liebe Schülerinnen und Schüler,
liebe Eltern und Erziehungsberechtigte,**

in seelischen Notlagen und persönlichen Krisen können Euch / Ihnen die folgenden inner- als auch außerschulischen Ansprechpartner weiterhelfen. Das Beratungsangebot ist auch für diejenigen da, die Notlagen bei anderen mitbekommen, selbst nicht betroffen sind, aber sich jemandem anvertrauen möchten.

Übersicht zu inner- und außerschulischen Hilfsangeboten bei psychischen Erkrankungen, insbesondere bei Depression und Angststörungen

Die Aufklärung über psychische Erkrankungen, insbesondere auch über Depression und Angststörungen, ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe, zu der auch die Schulen einen wichtigen Beitrag leisten. Gesundheitsförderung und Themen wie psychische Gesundheit und Umgang mit Stress spielen nicht nur in der Erwachsenenwelt eine große Rolle.

An unserer Schule sind die zuständige Schulpsychologin (Frau Elb – Realschule Murnau) und die Beratungslehrkraft (Fr. Korbion) vor Ort erste Ansprechpartner für Kinder und Jugendliche zu seelischen Notlagen, die über Schulprobleme hinausgehen. Um eine frühe Diagnose und die entsprechende Therapie zu ermöglichen, übermitteln sie vor Ort wichtige und aktuelle Hinweise zu Beratungsstellen, Ärzten, Therapeuten und Kliniken im jeweiligen Schulumfeld.

- Staatl. Schulpsychologin Fr. Elb
<http://www.rs-gap.de/?q=schulpsychologin>
- Beratungslehrerin Fr. Korbion
<http://www.rs-gap.de/?q=schulberatung>
- Hilfestellungen und Ansprechpartner zu psychologischen Fragen im Kindes- und Jugendalter können Sie auch über die Homepage der Staatlichen Schulberatungsstellen finden.
<https://www.km.bayern.de/ministerium/institutionen/schulberatung/oberbayern-west.html>

1. Weitere Ansprechpartner in Krisenfällen (innerschulisch)

- JaREAL: Jugendarbeit an Realschulen: Hr. Anton, Frau Wenisch
<http://www.rs-gap.de/?q=schulsozialarbeit>
- Schulleitung: Fr. Spitzer und Hr. Lieb
- Verbindungslehrer/in: Frau Staudinger & Herr Hartmann
- Jeder Lehrer, jede Lehrerin des Vertrauens

2. Weitere Ansprechpartner (außerschulisch)

- Jugendamt Garmisch-Partenkirchen
<https://www.lra-gap.de/de/kinder-jugend-familie.html>
- Beratungsstellen des Landkreises (Erziehung, Familie, Jugend)
- Sozialpsychiatrischer Dienst des Landkreises
<https://www.herzogsaeigmuehle.de/1675.0.html>
- Kinderärzte
- Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie / Kinder- und Jugendpsychotherapie
- Psychologische Psychotherapeuten
 - Psychotherapeutensuche der Bayerischen Landeskammer der Psychologischen Psychotherapeuten und der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten (PTK):
https://www.ptk-bayern.de/ptk/web.nsf/id/pa_psychotherapeuten-suche.html
 - Psychotherapeutensuche der Bundes Psychotherapeuten Kammer (BPTK):
<https://www.bptk.de//service/therapeutensuche/>
 - Koordinationsstelle Psychotherapie der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns (KVB):
<https://www.kvb.de/service/patienten/koordinationsstelle-psychotherapie/>
 - Psychotherapiesuche des Psychotherapie-Informationsdienstes der Deutschen Psychologen Akademie:
<https://www.psychotherapiesuche.de/pid/search>
- Psychiatrische Kliniken für Kinder und Jugendliche
 - <https://dienste.kvb.de/arztsuche/app/einfacheSuche.htm>
- Online Beratungsangebot für Jugendliche der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung: bke-Onlineberatung, <https://www.bke-beratung.de/~run/>
- Notarzt unter der Telefonnummer 112

3. Weitere Möglichkeiten zur Beratung und Information (für Betroffene und Angehörige)

Telefonseelsorge, bundeseinheitliche Nummer Kostenlose, anonyme Beratung rund um die Uhr: Tel.: 0800/111 0 111 oder 0800 – 111 0 222 www.telefonseelsorge.de
Nummer gegen Kummer (für Kinder und Jugendliche) Tel.: 166111 (Montag bis Samstag 14 bis 20 Uhr) www.nummergegenkummer.de
Die Arche: Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen e.V. Saarstraße 5, 80797 München Tel.: 089/334041, E-Mail: info@die-arche.de www.die-arche.de
Infotelefon Depression der Stiftung Dt. Depressionshilfe Tel.: 0800/33 44 533 https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe/wo-finde-ich-hilfe/info-telefon
Ärztlicher Bereitschaftsdienst der Krankenkassen Tel.: 116117 https://www.116117.de/de/index.php
Krisendienst Psychiatrie – Wir sind für Sie da (nur für Bürgerinnen und Bürger Oberbayerns) www.krisendienst-psychiatrie.de , 0180 / 655 3000 Weitere Notfallnummern: http://www.depressionen-depression.net/notfaelle/notfallnummern.htm
Fideo - richtet sich speziell an Kinder und Jugendliche www.fideo.de
Hilfe bei Depressionen Kostenfreie Telefon-Beratung https://www.patientenberatung.de/de/gesundheitsinformation/depression
Depression kann jeden treffen https://ifightdepression.com/de/
Neurologen und Psychiater im Netz https://www.neurologen-und-psychiater-im-netz.org/kinder-jugend-psychiatrie/erkrankungen/depression/was-ist-eine-depression/