

Sie brauchen Hilfe?

Das Beratungs-, Hilfs- und Unterstützungsangebot in und außerhalb der Schule

Innerschulische Beratung

Beratungslehrkraft: Christine Buchner, OStRin

Beratung bei Schwierigkeiten im schulischen Zusammenhang

Die Beratungslehrkraft steht Schüler*innen, Eltern und Kolleg*innen zur Verfügung. Sie hilft:

- in Fragen der Schullaufbahnwahl
- bei der Wahl von Kursen und Fächern
- bei Lern- und Leistungsschwierigkeiten
- in Konfliktsituationen

Termin: nach Vereinbarung

Telefon: 08031 8006-9100 **E-Mail:** christine.buchner@bs1ro.de

Schulpsychologin: Franziska Berkmann

Als staatliche Schulpsychologin stehe ich sowohl Schülerinnen und Schülern als auch Eltern und Lehrkräften bei jeglichen Problemen und Krisen im schulischen sowie außerschulischen Leben zur Verfügung.

Mein Beratungsangebot ermöglicht Unterstützung und Informationen zu erhalten, neue Perspektiven zu erkennen und gemeinsam mit mir Lösungen zu entwickeln.

Sie ist Hilfe zur Selbsthilfe, und dabei stets freiwillig, kostenlos und unterliegt einer strengen Schweigepflicht. Der vertrauliche Rahmen meiner Beratung bildet die Grundlage eines jeden Beratungsgesprächs und jedes Gesprächsthema ist willkommen!

Häufige Beratungsanlässe sind:

- persönliche Krisen
- Konflikte mit Mitschülern, Eltern, Lehrern
- Probleme im Lern- und Leistungsbereich
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Traurigkeit und Antriebslosigkeit
- Motivationsprobleme
- Ängste (z.B. Prüfungsangst)
- Lese-Rechtschreib-Störung (sowie isolierte Lese- bzw. Rechtschreibstörung)
- ...

Die Beratungstermine werden individuell, je nach Zeitfenster und „Stundenplanlücke“, vereinbart. Ich bitte um Kontaktaufnahme per E-Mail oder eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter.

Franziska Berkmann (staatliche Schulpsychologin)

E-Mail: schulpsychologie@fos-holzkirchen.de

Telefon: 0 80 24 - 303 779 125

Verbindungslehrkräfte

Die gewählten Verbindungslehrkräfte stehen als Ansprechpartner*innen für die SMV und die Schüler*innen zur Verfügung, um berechnigte Interessen zu unterstützen und Konflikte zu entschärfen.

Isolde Eisele, OStRin: isolde.eisele@bs1ro.de Tel: 08031 800 6 220

Heidi Höglauer, OStRin: heidi.hoeglauer@bs1ro.de Tel: 08031 800 6 9125

Christof Spicker, FL: christof.spicker@bs1ro.de Tel: 08031 800 6 9019

Beratung an der Schule in Kooperation mit ProArbeit

Jugendsozialarbeit: Kristina Falk, Dipl. Sozialpädagogin

Intensive Beratung und gemeinsame Projektarbeit für Schüler*innen, Eltern, Lehrkräfte und Ausbilder*innen.

- Begleitung aus der Schule in die Arbeitswelt
- Begleitung in der Arbeitswelt
- Unterstützung bei schulischen und familiären Schwierigkeiten
- Beratung in Krisensituationen
- Vorbeugende und aufklärende Projektarbeit
- Verbindungsstelle zu Fachdiensten

Telefon: 08031 8006 117

Raum: K 117, Kubus 1. Stock

kristina.falk@pro-arbeit-rosenheim.de

Sprechzeiten:

Montag: 7:00 - 13:00 Uhr

Dienstag: 7:00 - 14:30 Uhr

Donnerstag: 7:00 - 13:00 Uhr und/oder mit Terminvereinbarung.

Besondere sozialpädagogische Begleitung von Schüler*innen mit Migrations- und Fluchthintergrund in Fachklassen

Mirja Petersen

Telefon: 08031 8006 411

Raum: K 411, Kubus EG

mirja.petersen@pro-arbeit-rosenheim.de

Sprechzeiten:

Montag bis Freitag: 07:30 – 13:00 Uhr oder mit Terminvereinbarung



Schulische Beratung außerhalb der BS1

Staatl. Schulberatungsstelle Oberbayern Ost für alle Schularten

Kostenlos, neutral, vertraulich, Beratungsfelder: Inklusion, Mobbing, Demokratie und Toleranz, Depression, versch. Schwierigkeiten

Beetzstraße 4, 81679 München

Tel: 089 982 955 110

info@sboost.de

www.km.bayern.de/ministerium/institutionen/schulberatung.html

Außerschulische Beratung und Hilfe

Akute Hilfe

| | | |
|--|---|--|
| Krisendienst Psychiatrie | 24 Std. tgl., Soforthilfe in der Nähe, nach Bedarf telefonisch, vermittelnd | 0180 655 3 000 max. 60 Cent pro Anruf www.krisendienst-psychiatrie.de |
| Nummer gegen Kummer | anonym, kostenfrei, auch Onlineberatung | 116 111 www.nummergegenkummer.de |
| Telefonseelsorge | 24 Std. tgl. kostenfrei, auch Mail- und Chatberatung | 0800 111 0 111 0800 111 0 222 oder 116 123 www.telefonseelsorge.de |
| Frauen- und Mädchennotruf Rosenheim | Beratung u. Prävention gegen sexualisierte und häusliche Gewalt, kostenfrei | 08031 268 888 auf den AB sprechen, verlässlicher RR www.frauennotruf-ro.com |
| Suchtgefährdet? | Offene Sprechstunde ohne Voranmeldung, kostenfrei, unter Schweigepflicht | 08031-3562 80 www.soziale-dienste-obb.de |

Allg. Sozialberatung in Rosenheim

| | | |
|---|--------------------------------------|--|
| Sozialpsychiatrischer Dienst | Herbststr. 14 83022 Rosenheim | Tel: 08031 20 38 0 www.caritas-nah-am-naechsten.de/Sozialpsychiatrische-Dienste/Rosenheim/default.aspx |
| Diakonisches Werk | Innstr. 72 83022 Rosenheim | Tel: 08031 30 09 54 www.diakonie-rosenheim.de/ |
| neon – Prävention und Suchthilfe Rosenheim | Ruedorfferstr. 9 83022 Rosenheim | Tel: 08031 30 42 300 www.neon-rosenheim.de/ |
| Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche | Reichenbachstr. 3 83022 Rosenheim | Tel: 08013 20 37 40 |

Selbsthilfegruppen

| | | |
|--|---|--|
| LapK Landesverband Bayern der Angehörigen psychisch Kranker | Pappenheimerstr. 7 80335 München | Tel: 089 5108 6325 www.lvbayern-apk.de |
| SeKoRo Selbsthilfekontaktstelle | Kufsteiner Straße 55 83022 Rosenheim | Tel: 08031 35 62 810 www.sekoro.de/ |

Beratungsangebote in besonderen Lebenslagen

- allgemein www.psychiatrie.de
- speziell für Essstörungen www.t-c-e.de oder www.anad-pathways.de
- Lebensmüde www.frnd.de
- Depression www.kompetenznetz-depression.de
- Schizophrenie www.kompetenznetz-schizophrenie.de
- Bipolare Störungen www.dgbs.de
- Borderline www.borderlinetrialog.de

Kliniken in der Umgebung

| | | |
|---|--|--|
| Heckscher-Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie | Ellmaierstr. 27 83022 Rosenheim | Tel: 08031 304 40 |
| Inn-Salzach-Klinikum (ISK) | 83512 Wasserburg | Tel: 08071 710 www.inn-salzach-klinikum.de/ |
| Tagesklinik (ISK) | Freiherr-von-Stein-Str. 2 82022 Rosenheim | Tel: 08031 39 48 0 |

Medizinisches Angebot zur Ärztesuche

Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie:

www.kvb.de/service/arztverzeichnis/ zur Ärztesuche

Psychologische Psychotherapeuten:

Therapeutensuche unter www.bptk.de oder 0921 787765 40410

Stiftung Deutsche Depressionshilfe (u.a. Online-Foren)

www.deutsche-depressionshilfe.de Infotelefon 0800 334 4 533

Hilfe bei der Berufswahl

Links zur Berufs- und Arbeitsplatzwahl

- [Bundesagentur für Arbeit](http://www.bundesagentur-fuer-arbeit.de)
- [Pro-Arbeit-Rosenheim](http://www.pro-arbeit-rosenheim.de)
- [Berufswahlportal der Bundesagentur für Arbeit](http://www.berufswahlportal.de)
- [Was soll werden? - Hilfe zur Berufswahl](http://www.was-soll-werden.de)
- [Lehrstellenbörse der Handwerkskammer München](http://www.lehrstellenboerse.de)
- [Ausbildung-Plus - Informationen rund um die Berufsausbildung](http://www.ausbildung-plus.de)