

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

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.

Sozialpädagogin Tatjana Loiberstetter in der Berufsvorbereitung

Vertrauensvolle Ansprechpartnerin für alle Lebensbereiche, Hilfe bei Konflikten, Unterstützerin bei Übergängen

Offene Sprechzeiten in Raum: K 220.1

Montag bis Donnerstag 10:00 - 11:00 Uhr und/oder mit **Terminvereinbarung**

unter Tel.: 08031 8006 227, Handy: 0172 8080 616 (auch per WhatsApp) oder

per E-Mail tatjana.loiberstetter@bs1ro.de



Außerschulische Beratung

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

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.borderlinetriolog.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)