

Hierbei kann unsere Schulpsychologin helfen...

- **Unterstützung...**
 - ✓ bei Lern- und Leistungsschwierigkeiten (Rechtschreibtraining, Lerncoaching, ...)
 - ✓ bei Motivations- oder Konzentrationsschwierigkeiten
 - ✓ bei Verhaltensschwierigkeiten
 - ✓ bei Teilleistungsstörungen (AD(H)S, Lese-und/oder Rechtschreibstörung, ...)
 - ✓ von Schülerinnen und Schülern aus anderen Kulturkreisen
 - ✓ der Elternarbeit an Schulen
 - ✓ bei der Organisations- und Schulentwicklung
 - ✓ bei schulbezogenen Ängsten (Prüfungsangst, Schulangst, ...)
 - ✓ bei familiären und persönlichen Belastungs- bzw. Krisensituationen (schulpsychologische Familienberatung, ...)
 - ✓ bei der Optimierung des Lern-und Arbeitsverhaltens
 - ✓ der Förderung von individuellen Entwicklungsmöglichkeiten ((Selbstinstruktionstraining, Zeitmanagement, Selbstkonzept, ...)
 - ✓ bei zwischenmenschlichen Konflikten (z.B. bei Schwierigkeiten innerhalb der Klasse oder mit Schülerinnen und/oder Schülern)
- **Ansprechpartner...**
 - ✓ bei Fragen zur Inklusion (Anträge, Individuelle Unterstützung, Nachteilsausgleich, Notenschutz, ...)
 - ✓ bei Hinweisen auf psychische Erkrankungen (Depressionen, Angststörungen, Zwangsstörungen, ...) - Kontakt und Vermittlung von externen Hilfsangeboten

Im Vordergrund meiner Arbeit steht hierbei das **vertrauensvolle Beratungsgespräch**. Gemeinsam mit dem Ratsuchenden versuche ich, geeignete Lösungswege zu finden und im Weiteren auch unterstützend zu begleiten. Als Schulpsychologin leiste ich hierbei **Hilfe zur Selbsthilfe**.

Schulpsychologische Beratung ist dabei ein Angebot unserer Schule und steht allen Eltern, Schülern und Lehrern offen. Sie erfolgt immer kostenlos, auf freiwilliger Basis und unter Einhaltung der gesetzlichen Schweigepflicht.

Ich wünsche allen ein gutes, erfolgreiches Schuljahr!

Ihre Anna Jungkunz
(Staatl. Schulpsychologin des KZG)

Überregionaler Ansprechpartner:

Staatliche Schulberatungsstelle für Oberfranken

Theaterstraße 8

95028 Hof

Tel. 09281/1400360

Homepage: <https://www.km.bayern.de/ministerium/institutionen/schulberatung/oberfranken.html>

Externe Unterstützungsangebote bei psychischen Erkrankungen und persönlichen Notlagen

Örtliche Suche nach Fachärzten für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten:

- ✓ <https://www.kvb.de/service/patienten/psychotherapeutische-versorgung/>
- ✓ <https://www.ptk-bayern.de/ptk/web.nsf/formular?openForm&formular=depsychotherapeutensuche>

Standorte für Kinder- und Jugendpsychiatrie der Bezirkskliniken Oberfranken:

- ✓ <https://www.gebo-med.de/fachbereiche/kinder-und-jugendpsychiatrie>

Örtliche Suche nach Erziehungsberatungsstellen:

- ✓ <https://www.stmas.bayern.de/erziehungsberatung/stellen/index.php>

Weitere bundesweite Telefon- und Onlineangebote bei persönlichen Notlagen:

Telefonseelsorge (Kostenlose, anonyme Beratung rund um die Uhr): Tel.: 0800-1110111 oder 0800-1110222

Deutsche Depressionshilfe (Kostenlose, anonyme Beratung): Tel.: 0800-3344533

NummerGegenKummer, Kinder- und Jugendtelefon (Kostenlose, anonyme Beratung): Tel.: 116111

NummerGegenKummer, Elterntelefon (Kostenlose, anonyme Beratung): Tel.: 0800-1110550

Online Selbsttest der Deutschen Depressionshilfe: <https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe/selbsttest-offline>

Online-Beratungsangebot für Jugendliche der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung: <https://www.bke-beratung.de/>

Informationen zu Beratungsangeboten für Schüler und Eltern

<https://www.km.bayern.de/schueler/meldung/6941/hier-fin-den-schueler-und-eltern-beratungsangebote-und-unterstuetzung.html>

Hilfetelefon: 0800 22 55 530 (Fragen und Hilfe bei sexuellem Kindesmissbrauch für Kinder, Jugendliche und Erwachsene)

Save me online: Online-Hilfe per E-Mail

Hilfeportal Sexueller Missbrauch

Hinweis...

Ein frühzeitiger Kontakt mit mir als **Schulpsychologin** des **Kaspar-Zeuß-Gymnasiums** kann Ihnen bei Fragen und Unsicherheiten helfen, um schließlich die richtigen externen Unterstützungsangebote zu finden.

Ihre Anna Jungkunz
(Staatl. Schulpsychologin des KZG)