

Mein Kind zieht sich zurück!?

Ich weiß nichts mehr von meinem Kind!?

Mein Kind wird mir fremd! Es ist apathisch! Antriebslos!?

Wir kommen nicht mehr weiter!?

Mein Kind ist übermäßig aggressiv, traurig verschlossen!?

Was ist das Beste für mein Kind? Wie finde ich das heraus?

Ihr Kind hat psychische Probleme und Sie möchten sich gerne beraten lassen? Aber wo und wie?



Psychische Beeinträchtigungen sind allgegenwärtig!

Am Gymnasium Kirchheim gibt es verschiedene Ansprechpartner: Sie können sich an jede **Lehrkraft Ihres Vertrauens** wenden. Darüber hinaus stehen Ihnen als **Anlaufstelle unsere zwei Schulpsychologinnen Frau Thoma und Frau Koebke** zu Verfügung, die gegenüber der Schulfamilie an die Schweigepflicht gebunden sind (Kontaktaufnahme: schulpsychologie@gymnasium-kirchheim.de). Ebenso ist die **Jugendsozialarbeit** vom Kreisjugendring München-Land am GyKi immer Ansprechpartner in schwierigen persönlichen Situationen für Ihre Kinder und Sie als Eltern bzw. Erziehungsberechtigte (Kontaktaufnahme: jsa@gyki.de oder 089/9077849-40).

Außerhalb der Schule ist der **Kinderarzt oder Hausarzt** Ihres Vertrauens eine erste Kontaktmöglichkeit, da jener Ihr Kind gut kennt und Hilfsmöglichkeiten vor Ort aufzeigen kann.

Weitere mögliche Beratungs- und Hilfsangebote finden Ihre Kinder und/oder Sie als Erziehungsberechtigte in München und Münchner-Osten unter folgenden Adressen (ohne Anspruch auf Vollständigkeit):

Akute Notfallsituationen (<u>aktuelle</u> Krisensituation/ Fremd- und Selbstgefährdung / 24h-Bereitschaft):		
Telefon	Krisendienst Psychiatrie München und Oberbayern	0180-6553000
Telefon Notfallambulanz	Heckscher-Klinikum für Kinder und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie	089/9099-0 Deisenhofener Straße 28, 81539 München

Notfallkontakte - Telefon		
„Nummer gegen Kummer“ Elterntelefon	www.nummergegenkummer.de Mo-Fr 9-11 Uhr ; Di u.Do 17-19 Uhr	0800/1110550
Info-Telefon Depression	Deutsche Depressionshilfe	0800/ 3344533
Evangelische Telefonseelsorge	24h-Bereitschaft ts@ebt-muenchen.de (Mailberatung)	0800/1110111
Katholische Telefonseelsorge	24h-Bereitschaft	0800/1110222
Muslimisches Sorgentelefon	24h-Bereitschaft (Dienstag auch auf Türkisch)	030-443509821

Medizinische Kontaktadressen (zur Abklärung)		
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	Außerhalb üblicher Arztprechstunden	116117
Niedergelassene Kinder- und Jugendpsychiater	https://www.arzt-auskunft.de/ → Was/Wen: Kinder- und Jugendpsychiater	
Klinik	Heckscher-Klinikum für Kinder und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie	089/999-0 Deisenhofener Straße 28, 81539 München
Klinik	Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie	089/44005931 Nußbaumstraße 5a 80336 München
Klinik	Klinik für Kinder- und Jugendpsychosomatik Schwabing	089/3068-0 089/3068-5700 Kölner Platz 1 80804 München

Therapeuten, Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen		
Niedergelassene Kinder- und Jugendpsychotherapeuten	Psychotherapeutische Koordinationsstelle der Kassenärztlichen Vereinigung Bayern www.kvb.de/service/patienten/koordinationsstelle-psychotherapie/	0921/787765-40410
Suizidprävention und Hilfen in Lebenskrisen e.V. „Die Arche“	Mo-Fr 9-17 Uhr	089/334041 Saarstr. 5 80797 München
Münchner Insel: Krisen- und Lebensberatung	www.muenchner-insel.de	089/220041 Marienplatz Untergeschoss 80331 München
Eltern- und Jugendberatungsstelle des Landkreis München	Beratungsstelle@lra-m.bayern.de	089 4445400 Hans-Dasch-Weg 3a, Kirchheim (Außenstelle)
Staatliche Schulberatungsstelle München und München Landkreis	Mo.-Do. 8:30-12:00 und 13:30-16:00 Uhr Fr. 8:30-12:00 info@sbmuc.de	089/ 5589989-60
Selbsthilfzentrum München	https://www.shz-muenchen.de Reiter: Gruppen → Suche	089/532956-0

Anlaufstellen im Internet (Informationen, Austausch, erste Kontaktaufnahme)	
Elternberatung (BKE e.V.) inkl. Chats	https://eltern.bke-beratung.de/views/home/index.html
Telefonseelsorge	https://online.telefonseelsorge.de
Münchner Bündnis gegen Depression	http://www.muenchen-depression.de
Stiftung Deutsche Depressionshilfe	https://www.deutsche-depressionshilfe.de
Netz psychische Gesundheit	https://www.psychenet.de
Krisendienst Psychiatrie	https://www.krisendienst-psychiatrie.de
Ökumenische Notfallseelsorge München	https://notfallseelsorge-muenchen.de