

Externe Unterstützungsangebote bei psychischen Erkrankungen und persönlichen Notlagen

Außerschulische Einrichtungen und Angebote vor Ort zur Unterstützung bzw. Therapie bei psychischen Erkrankungen können unter folgenden Links gesucht und gefunden werden:

- **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=depsychotherapeutesuche>
- **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>
- **Forchheimer Sozialatlas („Gesundheitslandkarte“):**
<https://www.sozialatlas-fo.de>
- **Psychosozialer Beratungsführer und Psychosozialer Wegweiser:**
https://ira-fo.de/site/2_aufgabenbereiche/Sicherheit_Gesundheit_Verbraucherschutz/GesundheitsregionPlus/fb_gesundheitsregion-plus.php

Weitere bundesweite Telefon- und Onlineangebote bei persönlichen Notlagen:

- **Telefonseelsorge** (Kostenlose, anonyme Beratung rund um die Uhr):
Tel.: 0800 - 1110111 oder 0800 - 1110222
- **Nummer gegen Kummer, Kinder- und Jugendtelefon** (kostenlose, anonyme Beratung):
Tel.: 116 111
- **Nummer gegen Kummer, Elterntelefon** (kostenlose, anonyme Beratung):
Tel.: 0800 - 1110550
- **Ärztlicher Bereitschaftsdienst:**
Tel.: 116 117
- **Notruf für Rettungsdienst:**
Tel: 112
- **Deutsche Depressionshilfe** (kostenlose, anonyme Beratung):
Tel.: 0800 - 3344533
- **Online Selbsttest der Deutschen Depressionshilfe:**
<https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe/selbsttest-offline>
- **Online-Beratungsangebot für Jugendliche der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung:**
www.bke-beratung.de/user

Noch ein Hinweis:

Ein frühzeitiger Kontakt mit mir als Schulpsychologin des Herder-Gymnasiums lohnt sich in jedem Fall – allein schon um herauszufinden, welche externen Unterstützungsangebote jeweils sinnvoll sein könnten.

Mit freundlichen Grüßen

T. Eben

Staatliche Schulpsychologin