

Sehr geehrte Eltern,

wir als Schule versuchen Kinder und Jugendliche in ihrer gesunden Entwicklung zu unterstützen und sind auch bei auftretenden Belastungen, Krankheiten oder Besonderheiten nahe am Schüler. Eine enge Zusammenarbeit zwischen Schule und Elternhaus ist hier besonders wichtig, indem Sie als Eltern die Schule einbinden, damit wir entsprechend reagieren können. Ebenso werden die Lehrkräfte mit Ihnen als Eltern das gemeinsame Gespräch suchen, wenn sie Auffälligkeiten bei Schülern beobachten, um Hilfen einzuleiten.

Zum besonderen **Thema Depression** möchten wir Ihnen hier eine Übersicht zu möglichen Ansprechpartnern anbieten, bei denen Sie sich informieren oder konkret Hilfe suchen können, wenn Sie bei Ihrem Kind Auffälligkeiten feststellen. Betroffene Jugendliche können sich auch selbst an diese Stellen wenden können.

Definition der WHO:

Depression ist eine weit verbreitete psychische Störung, die durch Traurigkeit, Interessenlosigkeit und Verlust an Genussfähigkeit, Schuldgefühle, geringes Selbstwertgefühl, Schlafstörungen, Appetitlosigkeit, Müdigkeit und Konzentrationschwächen gekennzeichnet sein kann.

Es gibt unterschiedliche Ausprägungen in Schwere (leicht, mittelgradig, schwer) und Verlauf (einmalig, wiederkehrend, dauerhaft).

Diese Symptome können auch zeitweise im normalen Entwicklungsverlauf auftreten oder durch andere Ursachen bedingt sein. Ob ihre Ausprägung im Sinne einer depressiven Erkrankung eine notwendige Behandlung und Interventionen erfordert, sollte grundsätzlich frühzeitig an Fachstellen geklärt werden. Hier erfolgt auch die Abgrenzung zu Trauer, Angst und **Angststörungen** oder körperlichen Erkrankungen.

Im System Schule ist die **Schulpsychologie** die geeignete Anlaufstelle zur Information, Aufklärung und Vermittlung weiterer Hilfen im Falle von Depression oder Angststörungen:

Frau Anja Nigsch
Grundschule Neu-Ulm/Burlafingen
Tel. 0731-1769183
E-Mail schulpsych-a.nigsch@gmx.de

Überregional:

Staatliche Schulberatungsstelle für Schwaben
Beethovenstr. 4
86150 Augsburg
Tel. 0821 - 509160
E-Mail: sbschw@as-netz.de

Als externe **Psychologische Beratungseinrichtung** finden Sie im Kreis Neu-Ulm:

KJF Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung in Neu-Ulm
Marlene-Dietrich-Straße 3, 89231 Neu-Ulm, Tel. 0731 - 76050

Für den südlichen Landkreis:

KJF Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung in Illertissen
Ulmer Str. 20, 89257 Illertissen, 07303 - 901810

Der Kontakt zur **betreuenden Kinder- oder Hausarztpraxis** sollte im ersten Schritt grundsätzlich stattfinden.

An **Fachärzten, Kinder- und Jugendpsychiatrie-Praxen**, stehen Ihnen im Raum Neu-Ulm/ Ulm aktuell zur Verfügung (alphabetische Nennung ohne Wertung):

- Praxis Dr.es Gerhard und Elisabeth Libal
Wagnerstraße 65, 89077 Ulm, Tel. 0731 - 4079550
- Praxis Dr. Karin Mühlbacher
Donaustraße 8, 89231 Neu-Ulm, Tel. 0731 – 9723774
- Praxis Dr. Steffen Pickel-Glasauer
Bahnhofstraße 17, 89073 Ulm, Tel. 0731 – 37873210
- Einsteinpraxis Dr. Alexander Schneider
Söflinger Str. 198, 89077 Ulm, Tel. 0731 - 4038 7901

Weitere Fachärzte in angrenzenden Regionen (alphabetische Nennung ohne Wertung):

- Praxis Dr. med. Ines Mandler, Praxis Winkelbühl Zweigniederlassung:
Talweg 1, 89346 Bibertal-Kissendorf, Tel. 08226 - 868 8944
- Praxis Dr. Oliver Niethammer und Peter Quartz
Donaustraße 14, 87700 Memmingen, Tel. 08331 - 96 11 99 0
- Praxis Dr. Margarete Liebler-Schmidt und Norbert Schmidt
Oberes Erlenbad 3, 89312 Günzburg, Tel. 08221 - 207950

Im Rahmen der **Kliniken** stehen Ihnen folgende Ambulanzen, insbesondere in Notfällen, zur Verfügung:

- Zuständig für Neu-Ulm: **Kinder- und jugendpsychiatrische Ambulanz im Josefinum KJF-Klinik**, Kapellenstr. 30, 86154 Augsburg, Tel. 0821 – 2412-435
Informationen zum Thema Depression auf der Homepage:
<https://www.josefinum.de/fachbereiche-experten/kinder-jugendpsychiatrie-psychotherapie/depression-psycho-somatische-stoerungen/#Augsburg>
- Aufnahme im Notfall möglich: **Ambulanz der kinder- und jugendpsychiatrischen Klinik der Universität Ulm**, Steinhövelstraße 5, 89079 Ulm, Tel. 0731 – 5006-1636

Adressen zur **therapeutischen Unterstützung** finden Sie über die Onlinesuche unter: www.bptk.de (Bundespsychotherapeutenkammer). Kassenärztlich zugelassene Therapeuten finden sie unter: www.kvb.de für Neu-Ulm, Bayern, und www.kvbawue.de für den Raum Ulm, Baden-Württemberg. Hier finden Sie auch jeweils Informationen zu therapeutischem Erstgespräch und weiterer Terminvermittlung (Tel. 0921/787765 – 40410 für Bayern).

Weitere **Ansprechpartner im schulinternen Beratungssystemen**, an die Sie sich grundsätzlich bei verschiedenen Fragen zur Entwicklung Ihres Kindes neben der **Lehrkraft Ihres Vertrauens** wenden können:

Qualifizierte Beratungslehrkraft: Frau Petra Hartl
Grundschule Altstadt
Tel. 08337-900535-2
Mail p.hartl.blk@gsaltenstadt.de
Sprechzeiten: Montag, 08:35 – 09:20 Uhr

Internetseiten und Telefonnummern vor allem für Jugendliche:

„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	116111 www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html
„FIDEO“ (Fighting depression online)	u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen	www.fideo.de
FRD (Freunde fürs Leben e.V.)	u.a. Hilfsangebots-Finder (vor Ort, am Telefon, Online)	www.frnd.de
Stiftung Deutsche Depressionshilfe	u.a. Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten i.d. jeweiligen Region	www.deutsche-depressionshilfe.de Infotelefon 0800 - 3344533
Bundeskongress für Erziehungsberatung:	bke-Onlineberatung	www.bke-jugendberatung.de
NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen)	Hilfe bei der Suche nach Selbsthilfegruppen	www.nakos.de
U25 Freiburg	Jugendliche helfen Jugendlichen: anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken	www.u25-freiburg.de www.u25.de
Telefonseelsorge	24 Stunden an 365 Tagen auch Mail- und Chatberatung	0800 -1110111 oder 0800 -1110222 www.telefonseelsorge.de

Internetberatung und Telefonnummern für Eltern:

Bundeskongress für Erziehungsberatung: bke-Onlineberatung	www.bke-elternberatung.de
Elterntelefon der Nummer gegen Kummer	08000 – 110550
Krisendienst Psychiatrie	0180 - 6553000
Bezirkskrankenhaus (BKH) Günzburg	08221 -9600

