



Anprechpartner und Informationsquellen zum Thema „psychische Erkrankungen“

Inhaltsverzeichnis

Ansprechpartner (innerschulisch).....	1
Außerschulische Ansprechpartner in Akutfällen.....	2
Kliniken.....	3
Selbsthilfegruppen.....	4
Internetadressen.....	5
Literatur.....	6
Nützliche Links.....	7
Filmclips.....	8
Präventionsprogramme.....	9
Tests und Fragebögen.....	10

Ansprechpartner (innerschulisch)

Schulpsychologin

Frau Söller

Telefon-Sprechstunde:

montags 9.00 – 10.00 Uhr

Tel.: 08171 – 932518

Beratungszimmer: H.EG 4

Beratungslehrkraft

Frau Krajewski

Telefon-Sprechstunde:

montags 10.35 – 11.20 Uhr

Tel.: 08171 – 932523

E-Mail: beratung@gymger.de

Raum: Y.EG 3

Jede Lehrerin, jeder Lehrer des Vertrauens

Tel.: 08171 – 932511

Lehrerzimmer: K.EG 5



Außerschulische Ansprechpartner in Akutfällen

<p>Telefonseelsorge, bundeseinheitliche Nummer Kostenlose, anonyme Beratung rund um die Uhr: Tel.: 0800 – 111 0 111 oder 0800 – 111 0 222 www.telefonseelsorge.de</p>
<p>Nummer gegen Kummer (für Kinder und Jugendliche) Tel.: 0800 – 111 0 333 www.nummergegenkummer.de</p>
<p>Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen (NAKOS) Tel.: 030 – 8914019 www.nakos.de</p>
<p>Muslimisches Seelsorge Telefon Tel.: 030 – 443509821 http://mutes.de/home.html</p>
<p>Ärztlicher Bereitschaftsdienst der Krankenkassen Tel.: 116117 https://www.116117.de/de/index.php</p>
<p>Heckscher Klinikum, Kinder- und Jugendpsychiatrie München (vgl. Kliniken) http://www.klinikum.uni-muenchen.de/Klinik-und-Poliklinik-fuer-Psychiatrie-und-Psychotherapie/de/ueber_uns/index.html In dringenden Notfällen telefonisch montags bis freitags von 9.00 bis 12.00 Uhr. Psychiatrische Ambulanz: Tel. 089 – 440053307; Privatambulanz: Tel. 089 – 440055545 Außerhalb dieser Zeiten kann in dringenden Fällen der diensthabende Arzt über den Pfortner der Klinik erreicht werden: Tel. 089 – 440055511 oder -55512</p>
<p>Infotelefon Depression der Stiftung Dt. Depressionshilfe Tel.: 0800 – 3344533 https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe/wo-finde-ich-hilfe/info-telefon</p>



Kliniken

Tagesklinik Westend

Westendstraße 185, 80686 München

Tel.: 089 – 202 44 48-0

E-mail: mail@tagesklinik-westend.de

<https://tagesklinik-westend.de>

Max-Planck-Institut für Psychiatrie/Psychiatrische Klinik

Kraepelinstraße 10, 80804 München

Tel.: 089 – 30622239

www.mpipsykl.mpg.de

Münchner Insel - Krisen und Lebensberatung

Marienplatz Untergeschoss, 80331 München

Tel.: 089 – 220041

E-mail: info@muenchner-insel.de

www.muenchner-insel.de

kbo-Isar-Amper-Klinikum gemeinnützige GmbH

Vockestraße 72, 85540 Haar bei München

Tel.: 089 – 4562-0

Email: kontakt.iak@kbo.de

www.isar-amper-klinikum.de

Bezirkskrankenhaus kbo-Isar-Amper-Klinikum sowie Krisenstationen wie Atriumhaus und Klinikum München Nord Haus 7

Ringstr. 12, 85540 Haar

Tel.: 089 – 45623400

www.krankenhaus-haar.de

Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Nußbaumstraße 7, 80336 München

Tel.: 089 – 44005511

http://www.klinikum.uni-muenchen.de/Klinik-und-Poliklinik-fuer-Psychiatrie-und-Psychotherapie/de/ueber_uns/index.html

Klinik Hochried - Zentrum für Kinder, Jugendliche und Familien

Hochried 1 - 12, 82418 Murnau

Tel.: 08841 – 4740

Email: info@klinikhochried.de

<https://www.klinikhochried.de/de/startseite.html>

CIP Klinik Dr. Schlemmer

Stefanie-von-Strechine-Straße 16, 83646 Bad Tölz

Tel.: 08041 – 80860

E-Mail: info@klinik-schlemmer.de

<https://www.klinik-schlemmer.de/kontakt/>

kbo-Heckkbo-Heckscher-Klinikum gemeinnützige GmbH

Kliniken des Bezirks Oberbayern - Kommunalunternehmen - Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik, Psychotherapie

Deisenhofener Straße 28, 81539 München

Tel.: 089 – 9999-0

E-Mail: info.heck-mdh@kbo.de

<https://kbo-heckscher-klinikum.de/index.php?id=10&fs=zmdbwclvjyeosnscher-Klinikum-gemeinnuetzige-GmbH>



Selbsthilfegruppen

Geschäftsstelle Deutsche Angst-Hilfe e.V.

Bayerstr. 77a, Rückgebäude, 80335 München
Tel.: 089 – 515553-15 (AB)
Allgemeine Fragen, E-Mail: dash@angstselbsthilfe.de
<https://www.angstselbsthilfe.de/>

SHZ Selbsthilfezentrum München

Sekretariat und Zentrale:
Ingrid Mayerhofer
Tel.: 089 – 5329560 oder -19
E-Mail: ingrid.mayerhofer@shz-muenchen.de
Beratungs- und Vermittlungsstelle:
Tel.: 089 – 532956-11
E-Mail: info@shz-muenchen.de
<https://www.shz-muenchen.de/>

Aktionsgemeinschaft der Angehörigen psychisch Kranker, ihrer Freunde und Förderer München e. V.

Landsberger Str. 135, 80339 München
Tel.: 089 – 5024673
Fax 089 – 51086326
E-Mail: info@apk-muenchen.de
<https://www.apk-muenchen.de/kontakt.html>

Die Arche

Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen e.V.

Saarstraße 5, 80797 München

Tel.: 089 – 334041

E-Mail: info@die-arche.de

www.die-arche.de

Münchner Bündnis gegen Depression e.V.

Luisenstr. 43, 80333 München
Tel.: 089 – 540451-20
E-Mail: info@muenchen-depression.de
<https://www.muenchen-depression.de/>



Internetadressen

neuhland: Hilfe in Krisen www.das-beratungsnetz.de
Hilfsangebote für Betroffene und Angehörige https://www.suizidprophylaxe.de/hilfsangebote/fuer-betroffene-und-angehoerige/
Jugend Notmail https://www.jugendnotmail.de/
Mailberatung für jungen Menschen in Suizidgefahr: [U25] Deutschland https://www.u25-deutschland.de/
Online Seelsorge Plattform von sankt peter https://www.sanktpeter.com/themen/online-seelsorge/hier-kannst-du-uns-schreiben/
Youth-Life-Line: Online-Beratung speziell für Jugendliche und junge Erwachsene bis 21 Jahre in akuten Krisen und bei Suizidgefährdung https://www.youth-life-line.de/beratung/
Fighting Depression Online (FIDEO) www.fideo.de



Literatur

Dinner, Pierre: „Depression – 100 Fragen, 100 Antworten“ , Hogrefe Verlag, 3. Auflage, 2019
Fuhrmann, Pia; von Gontard, Alexander: „Depression und Angst bei Klein- und Vorschulkindern – Ein Ratgeber für Eltern und Erzieher“ , Hogrefe Verlag, 2015
Groen, Gunter; Petermann, Franz: „Depressive Kinder und Jugendliche“ , Hogrefe Verlag, 2. Auflage, 2011
Groen, Gunter; Petermann, Franz: „Therapie-Tools – Depression im Kindes- und Jugendalter“ , 1. Auflage 2015
Hautzinger, Martin: „Ratgeber Depression – Informationen für Betroffene und Angehörige“ , Hogrefe Verlag, 2. Auflage, 2018
Nevermann, Christiane; Reicher, Hannelore; „Depressionen im Kindes- und Jugendalter – Erkennen -Verstehen-Helfen“ , Verlag C.H.Beck, 2. Auflage 2009
Pitschel- Walz, Gabriele: Lebensfreude zurückgewinnen: Ratgeber für Menschen mit Depressionen und deren Angehörige , Urban&Fischer Verlag, 2. Auflage, 2017
Pössel, Patrick; Horn, Andrea; Seemann, Simone, Hautzinger, Martin: „Trainingsprogramm zur Prävention von Depressionen bei Jugendlichen – Lara&Lisa: Lust an realistischer Sicht & Leichtigkeit im sozialen Alltag“ , Hogrefe Verlag, 2004
Scholz, Falk Peter: „Stärken-Schatzkiste für Kinder und Jugendliche“ , Beltz Verlag, 2018
Stang, Philipp (Hrsg.): „Depressive Störungen bei Kindern und Jugendlichen“ , Psychotherapie-Verlag, 2018



Nützliche Links

Stiftung Deutsche Depressionshilfe: Infos und Hilfe bei Depression https://www.deutsche-depressionshilfe.de
Depressionen – Bayerisches Staatministerium für Gesundheit und Pflege https://www.stmgp.bayern.de › psychische-gesundheit › depression
Selbsthilfe bei Depressionen -Deutsche DepressionsLiga e.V. https://www.depressionsliga.de › unser-angebot › nuetzliche-links › selbsthilfe-bei-depressionen.html
Fideo - richtet sich speziell an Kinder und Jugendliche, aber auch an Lehrer von psychisch erkrankten Kindern (hier: Depression) www.fideo.de
Hilfe bei Depression: moodgym AOK – Die Gesundheitskasse https://www.aok.de/pk/bayern/inhalt/moodgym-online-selbsthilfe-bei-depressionen-4/
Krisendienst Psychiatrie – Wir sind für Sie da (nur für BürgerInnen Oberbayerns) www.krisendienst-psychiatrie.de/
alle Regierungsbezirke - SELBSTHILFE KOORDINATION BAYERN (auch bei Depression) https://www.seko-bayern.de/selbsthilfe-in-bayern/sonstige-selbsthilfeunterstuetzer/alle-regierungsbezirke/
Bitte stör mich! – Aktiv gegen Depression (Angebot des bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege) www.bitte-stoer-mich.de
Therapieplatz Psychotherapie – Koordinationsstelle zur Vermittlung https://www.kvb.de/service/patienten/koordinationsstelle-psychotherapie/
Paul ganz unten - ZPG-Bayern https://www.zpg-bayern.de › paul-ganz-unten
Notfallnummern bei Depressionen und anderen psychischen Notfällen www.depressionen-depression.net › notfaelle › notfallnummern
Hintergrundinformation zu Depression PTK Bayern https://www.ptk-bayern.de/ptk/web.nsf/id/li_ssss5fajvt.html
Depression - Eltern im Netz https://www.elternimnetz.de › kinder › sorgenkinder › depression
Psychotherapie-Informationsdienst https://www.psychotherapiesuche.de/
Depressive Störungen - Deutsche Rentenversicherung https://www.deutsche-rentenversicherung.de › rts_depression_download
Hilfe bei Depressionen Kostenfreie Telefon-Beratung www.patientenberatung.de
Depression kann jeden treffen https://ifightdepression.com/de/
Neurologen und Psychiater im Netz https://www.neurologen-und-psychiater-im-netz.org/startseite/
BASTA- Das Bündnis für psychisch erkrankte Menschen https://seelischegesundheits.net/buendnis/mitglieder/143-basta
Berner Gesundheit https://www.bernergesundheits.ch



Filmclips

Bitte stör mich! Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege https://www.youtube.com/watch?v=ETzclSAClrc
Depression bei Jugendlichen: Die zweithäufigste Todesursache der 15- bis 20-Jährigen in Bayern https://www.youtube.com/watch?v=hC2Yo7ZUijM
3sat „Scobel“ über Depression bei Kindern und Jugendlichen https://www.youtube.com/watch?v=hWRXE6xY69c
Depression bei Kindern. Ich will ja einfach gar nicht sterben https://www.youtube.com/watch?v=avp3XceLyxA
Kleine Seelen - Großes Leid. Menschen hautnah (Dokumentation) https://www.youtube.com/watch?v=Os0JhbCg6LQ
Mehr Depressionen bei Kinder und Jugendlichen https://www.youtube.com/watch?v=y4jjqCtKBe8
Schon Kinder können depressiv werden - Symptome bei zwei bis drei Prozent der Kinder https://www.youtube.com/watch?v=5PBkZY90jpE
Depressionen bei jungen Menschen SWR Landesschau Rheinland-Pfalz https://www.youtube.com/watch?v=UMbAVd7BrnQ
Jugendliche unter Druck – In der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie Doku SRF DOK https://www.youtube.com/watch?v=L97gA7pL9CA
What's up? Ein Frühwarnsystem für Kinder mit Depression https://www.youtube.com/watch?v=e-f2RLhFV6k



Präventionsprogramme

Freunde für Kinder - Angst und Depressionsprävention für das Grundschulalter http://www.mentalhealthpromotion.net/?i=promenpol.de.toolkit.297
Trainingsprogramm für Jugendliche der Sek. I nach dem Programm „Lebenslust mit LARS & LISA“ http://praevention-in-der-schule-bw.de/site/pbs-bw-new/get/documents/KULTUS.Dachmandant/KULTUS/Dienststellen/praevention-in-der-schule-bw/pdf/Lars%26Lisa.pdf
Schulprojekt BASTA http://www.bastagegenstigma.de/schulprojekt-1
Emotionstraining in der Schule - Ein Programm zur Förderung der emotionalen Kompetenz https://www.testzentrale.de/shop/emotionstraining-in-der-schule-66696.html
Stressbewältigung im Jugendalter - Ein Trainingsprogramm https://www.testzentrale.de/shop/stressbewaeltigung-im-jugendalter-86973.html
GO! Gesundheit und Optimismus (Junge et al., 2002) https://www.gesundheitspsychologie.net/index.php/de/datenbanken/praeventionsprogramme-fuer-kinder/46-gesundheit-und-optimismus-go
SNAKE "Stress nicht als Katastrophen erleben" (Beyer & Lohaus, 2006) https://www.homes.uni-bielefeld.de/snake/cgi/index.php
MindMatters - Mit psychischer Gesundheit gute Schule machen https://www.mindmatters-schule.de/
Verrückt? Na und! - Seelisch fit in der Schule https://www.irrsinnig-menschlich.de/psychisch-fit-lernen/
Sendung mit der Maus: „Die unsichtbare Krankheit“ https://www.wdrmaus.de/extras/mausthemen/unsichtbare_krankheit/index.php5
Kika: "Phil und das Traurigsein" https://www.kika.de/shau-in-meine-welt/sendungen/sendung104460.html
Klinikum der Universität München: „Paul ganz unten. Eine Aufklärungsbroschüre für Jugendliche“ https://www.kjp.med.uni-muenchen.de/forschung/depr_br1.php
„Nicht ganz normal?!“ Psychische Erkrankungen verstehen. Infopaket für Lehrerinnen und Lehrer Materialien für die Unterrichtsgestaltung in der Sekundarstufe I und II https://gesundheitsfoerderung.bildung-rp.de/fileadmin/user_upload/gesundheitsfoerderung.bildung-rp.de/Psychische_Gesundheit/infopaket-fuer-lehrer-stand-2006.pdf



Tests und Fragebögen

ADS Allgemeine Depressionsskala https://www.testzentrale.de/shop/allgemeine-depressionsskala.html
CDRS-R Children's Depression Rating Scale – Revised by E. O. Poznanski and H. B. Mokros https://www.testzentrale.de/shop/children-s-depression-rating-scale-revised-by-e-o-poznanski-and-h-b-mokros.html
DIKJ Depressionsinventar für Kinder und Jugendliche https://www.testzentrale.de/shop/depressionsinventar-fuer-kinder-und-jugendliche.html
DTGA Depressionstest für Kinder im Grundschulalter https://www.testzentrale.de/shop/depressionstest-fuer-kinder-im-grundschulalter.html
FERUS Fragebogen zur Erfassung von Ressourcen und Selbstmanagementfähigkeiten https://www.testzentrale.de/shop/fragebogen-zur-erfassung-von-ressourcen-und-selbstmanagementfaehigkeiten.html
SEKJ Selbstwertinventar für Kinder und Jugendliche https://www.testzentrale.de/shop/selbstwertinventar-fuer-kinder-und-jugendliche.html
DTK-II Depressionstest für Kinder - II https://www.testzentrale.de/shop/depressionstest-fuer-kinder-ii.html
TSC-KJ Trauma-Symptom-Checkliste für Kinder und Jugendliche https://www.testzentrale.de/shop/trauma-symptom-checkliste-fuer-kinder-und-jugendliche.html
BAI Beck Angst-Inventar https://www.testzentrale.de/shop/beck-angst-inventar.html
HADS-D Hospital Anxiety and Depression Scale - Deutsche Version https://www.testzentrale.de/shop/hospital-anxiety-and-depression-scale-deutsche-version-69320.html
BDI-FS Beck Depressions-Inventar–FS https://www.testzentrale.de/shop/beck-depressions-inventar-fs.html
FDD-DSM-IV https://www.testzentrale.de/shop/fragebogen-zur-depressionsdiagnostik-nach-dsm-iv.html