

Liebe Eltern, liebe Schülerinnen und Schüler,

die derzeitige Situation stellt uns alle und so auch das Schulsystem vor besondere Herausforderungen. Unser Lehrer- und Erzieherteam hat sich sehr bemüht, kreative und praktikable Lösungen zu finden, um in digitaler Form eine möglichst gute Beschulung zu gewährleisten.

Auch ich möchte in meiner Funktion als Schulpsychologe Ihnen und euch die Möglichkeit bieten, weiterhin Beratung in Anspruch nehmen zu können.

Denn die Erfahrung der letzten Wochen hat gezeigt, dass der Bedarf nach wie vor groß ist. Lediglich die Themen haben sich verschoben. Während Beratungsanlässe wie Prüfungsangst in den Hintergrund getreten sind, gibt es nun andere Themen, die Eltern und Kinder gleichermaßen belasten, wie: Konflikte im Rahmen des *Homeschooling*; geringe Motivation bei der Bearbeitung der Hausaufgaben; Angst, durch die eigenständige Erarbeitung von Unterrichtsstoff Nachteile zu haben, wenn der normale Schulbetrieb wiederaufgenommen wird; Leiden unter der fehlenden Möglichkeit, soziale Kontakte zu pflegen, etc.

Damit Sie und ihr die schulpsychologische Beratung auch in diesen Zeiten nutzen könnt, habe ich ein **Notfalltelefon** eingerichtet:

- Ich werde jeden **Montag** von **09:00** bis **10:30 Uhr** sowie jeden **Donnerstag** von **14:00** bis **15:30 Uhr** unter **089/74426-104** für akute Fälle telefonisch erreichbar sein.

Neben den oben genannten Beratungsanlässen möchte ich noch ein weiteres Thema von gesamtgesellschaftlicher Relevanz ansprechen. Dadurch, dass viele Familien bedingt durch die momentane Situation mehr Zeit als gewöhnlich miteinander verbringen, können Konflikte entstehen oder sich verschlimmern. Das Risiko von häuslicher Gewalt und sexuellen Übergriffen nimmt zu. Falls Sie als Eltern oder ihr Schüler diesbezüglich Beratung braucht, weil Ihnen bzw. euch in eurem Umfeld z.B. etwas aufgefallen ist, gibt es neben der schulpsychologischen Beratung die folgenden Anlaufstellen:

Wolfratshauer Straße 30 · 82049 Pullach · Tel. 089 74426-152 /-158 · Fax 089 74426-182 · E-Mail: info@prms.de

- Die **Nummer gegen Kummer** ist unter Tel. 116 111 montags bis samstags von 14 – 20 Uhr erreichbar.
- Bei der **bke-Jugendberatung** können Jugendliche andere junge Menschen als Gesprächspartner finden und Kontakt zu erfahrenen Beraterinnen und Beratern aufnehmen.  
Internetauftritt: <https://jugend.bke-beratung.de>
- Das **Hilfetelefon** ist unter Tel. 0800 22 55 530 bei allen Fragen und für Hilfe bei sexuellem Kindesmissbrauch für Kinder, Jugendliche und Erwachsene zu folgenden Zeiten erreichbar: Montag, Mittwoch und Freitag von 9 – 14 Uhr, Dienstag und Donnerstag von 15 – 17 Uhr.
- **Save me online** hilft, wenn statt einer telefonischen Beratung bei sexuellem Kindesmissbrauch lieber Online-Hilfe per E-Mail gewünscht ist.  
Internetauftritt: <https://nina-info.de/save-me-online>
- Auf dem **Hilfeportal Sexueller Missbrauch** finden Betroffene weitere Informationen und Ansprechpartner.  
Internetauftritt: [www.hilfeportal-missbrauch.de](http://www.hilfeportal-missbrauch.de)

Ich wünsche Ihnen und euch viel Durchhaltevermögen, Kraft und vor allem Gesundheit!

Mit freundlichen Grüßen

Sebastian Geppert  
Schulpsychologe