

## Hilfe bei Depressionen und Angststörungen

Depressionen und Angststörungen sind ernst zu nehmende Erkrankungen, die oft nicht ohne Hilfe zu bewältigen sind. Es gibt erfreulicherweise eine Vielzahl von Ansprechpartnern im schulischen und medizinischen Bereich, an die man sich wenden kann:

- jede Lehrerin, jeder Lehrer des Vertrauens,
- die Verbindungslehrkräfte des Schulzentrums  
(Frau Berendes, Frau Götz, Herr Rubenbauer, Frau Feulner),
- der Beratungslehrer des Schulzentrums (Herr Reutner),
- die Jugendsozialarbeiterin des Schulzentrums (Frau Kronester),
- der zuständige Schulpsychologe  
(Herr Podolsky, [schulpsychologe@bszsuro.de](mailto:schulpsychologe@bszsuro.de) ),
- die Staatliche Schulberatungsstelle  
(Weinweg 2, 93049 Regensburg, 0941 22036 [buero@sbopf.de](mailto:buero@sbopf.de) ),
- diverse Beratungsstellen des Landkreises  
<https://www.kreis-as.de/Menschen-Soziales/Jugend-und-Familie/Beratung-Hilfe-und-Unterst%C3%BCtzung>,
- Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie,
- Psychologische Psychotherapeuten,
- medbo Zentrum für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie;  
Amberg 09621/91666-8310, [linik-kjp-am@medbo.de](mailto:linik-kjp-am@medbo.de)
- Online-Beratungsangebot für Jugendliche der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung:  
bke-Onlineberatung <https://www.bke-beratung.de/~run/>