

# Beratung an unserer Schule für Eltern, Schülerinnen und Schüler

Zurück

Beratung  
an der Schule

Schullaufbahn-  
beratung

Hilfen bei  
Mobbing

Hilfe für  
traurige Kinder

Hilfe für  
ängstliche Kinder

## Hilfe für ängstliche Kinder



Wer Angst hat, dem geht es vielleicht so:

- Man fühlt sich unwohl und unruhig.
- Das Herz schlägt heftig.
- Man hat verspannte Muskeln und kann sich nicht entspannen.
- Man hat das Gefühl, keine Luft zu bekommen.
- Man hat vor seltsamen Dingen Angst.

Wenn Sie vermuten, dass Ihr Kind mehr als gewöhnliche Ängste zeigt, besprechen Sie sich mit Ihrem Kinderarzt oder Hausarzt. Tauschen Sie sich mit Menschen Ihres Vertrauens aus, aber auch in unserer Schule finden Sie Lehrkräfte, Schulpsychologinnen und Schulpsychologen sowie Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen, mit denen Sie jederzeit über Ihre Beobachtungen sprechen können:

### Klassenlehrkraft

Ihres Kindes oder eine  
Person Ihres Vertrauens

### Schulleitung

Frau H. Dufey-Spanning  
08651/96390  
info@sfz-st-zeno.de

### Beratungslehrkraft

Frau Miriam Maier  
08651/96390  
info@sfz-st-zeno.de

**Jugendsozialarbeit**  
**Fr. Andrea Wallner**  
**08651/766327**  
Andrea.wallner@caritas  
muenchen.de

Kinder- und  
Jugendhilfe

**Erstberatung am Jugendamt**  
**Frau U. Schöbel**  
**08651/ 773 466**  
ute.schoebel@lra-bgl.de

Eine persönliche, ausführliche sowie vertrauliche und unabhängige Beratung erhalten Sie kostenfrei auch bei der



### Staatliche Schulberatungsstelle Oberbayern Ost

Ansprechpartner für Schulen mit sonderpädagogischen Schwerpunkt  
Herr Glashauser & Herr Müller

T: 089 / 982 955 110

E: b.glashauser[a]sbost.de und  
schulpsychologieWM[a]msn.com