

# Zuviel Stress, schlechte Noten oder Schlimmeres?

## Holen Sie sich Unterstützung!

Ich heiße **Magdalena Rosenbaum** und bin als **Schulpsychologin** gerne für Sie da. Gemeinsam mit Ihnen möchte ich einen Weg finden, schwierige Situationen zu meistern.

### Mögliche Beratungsanlässe sind:

- Schwierigkeiten im **Lern- und Arbeitsverhalten** sowie im **Leistungsbereich**, wie plötzlicher Leistungsabfall, Konzentrationsschwierigkeiten, fehlende Motivation, Unsicherheiten bei der Vorbereitung von Prüfungen ...
- **Lese-Rechtschreibstörung** und **Nachteilsausgleich** aufgrund von Beeinträchtigungen
- **Ängste, Traurigkeit** und **Stimmungsschwankungen**; andere **psychische Belastungen**
- **Stress oder Krisensituationen**, Erfahrungen mit (sexueller) **Gewalt**
- **Konflikte** und **Probleme** im persönlichen oder schulischen Bereich

Die Beratung ist immer **freiwillig, kostenfrei** und **vertraulich** (das heißt, sie unterliegt der Schweigepflicht).

Bei Bedarf können auch **Kontakte zu außerschulischen Anlaufstellen** (Therapeuten, spezielle Beratungsstellen, Ärzte) hergestellt werden.

### **Kontaktaufnahme:**

Sie können ohne Termin einfach vorbeischauen oder per Mail einen Termin vereinbaren.

- immer **montags** 8.30 Uhr bis 16.30 Uhr  
sowie **donnerstags** 7.45 Uhr bis 11.30 Uhr in **M1.EG.121**
- mailen: [magdalena.rosenbaum@muenchen.de](mailto:magdalena.rosenbaum@muenchen.de)

