

Die **interne Beratungsstelle** steht unter Schweigepflicht und bietet professionelle und kostenlose Unterstützung für Schülerinnen und Schüler sowie Lehrpersonen der NKSA bei psychologischen Herausforderungen und Belastungen. Beispielsweise bei:

- Motivations-, Leistungs- und Lernproblemen
- Ärger in der Klasse, sozialen Problemen, Sorgen um eine Mitschülerin oder einen Mitschüler
- persönlichen Problemen wie z.B. Stimmungsschwankungen, Ängsten, Suchtproblemen, Identitätskrisen
- Schwierigkeiten zu Hause, Beziehungsproblemen, Isolation

Vorgehen:

1. Sie nehmen unverbindlich Kontakt auf mit der Beratungsstelle über **MS Teams** an beratung@nksa.ch
2. Sie machen dann ab, wie der Austausch stattfindet (z.B. Telefon, Teams, Treffen)
3. In einem persönlichen Gespräch werden Sie Ihr Anliegen mit der Beratungsperson besprechen

Psychologische Beratung

Esther Schwarz

lic. phil. Fachpsychologin für Psychotherapie FSP / Eidgenössisch anerkannte Psychotherapeutin

beratung@nksa.ch



Seelsorge

Martin Zürcher-Weilenmann

lic. theol. Seelsorger, CAS PCPP Unibe (LOS)

SMS: +41 79 653 52 39
martin.zuercher@nksa.ch



Psychologische Beratung

Brigitte Hiestand

lic. phil. Fachpsychologin für Psychotherapie FSP / Eidgenössisch anerkannte Psychotherapeutin

beratung@nksa.ch



Nützliche Links

www.apika.ch
www.feel-ok.ch
www.147.ch
www.esstörungen-aargau.ch
www.suizid-netz-aargau.ch

Externe Beratungsstellen

Dr. med. Caroline Wackernagel Schulärztin NKSA

Laurentzorgasse 8
5000 Aarau
+41 62 824 39 39
info@praxiscarolinewackernagel.ch

ask! Jugendpsychologischer Dienst Aargau (JPD)

Herzogstrasse 1, 5000 Aarau
+41 62 832 64 40
jpd@beratungsdienste.ch
www.beratungsdienste.ch

Psychiatrische Dienste Aargau AG

Königsfelderstrasse 1, 5210 Windisch
+41 56 462 21 11
info@pdag.ch
www.pdag.ch

Jugendberatung Region Aarau

Laurenzenvorstadt 80, 5000 Aarau
+41 77 529 43 75
jugend@caritas-aargau.ch
www.caritas-aargau.ch

Psychiatrische Notfälle

Kinder und Jugendliche:
+41 56 462 20 10
Erwachsene:
+41 56 481 60 06

Suchtberatung ags, Bezirke Aarau & Kulm

Metzgergasse 2, 5000 Aarau
+41 62 837 60 40
aarau@suchtberatung-ags.ch
www.suchtberatung-ags.ch