

**Von**



**bis**



## **Über Gefühle wie Ängste, Unzufriedenheit oder Mutlosigkeit zu reden ist wichtig!**

### **Wie geht es Dir?**

Liebe Eltern  
Liebe Erziehungsberechtigte

Im Grunde eine simple Frage mit einer wichtigen Botschaft – so können Sie ganz einfach Ihr Interesse an der psychischen Gesundheit Ihrer Kinder zeigen.

Gemäss verschiedenen Untersuchungen haben Depressionen bei Kindern und Jugendlichen in der Schweiz innerhalb des zweiten Shutdowns zugenommen. Krisen erhöhen das Risiko für psychische Krankheiten, bei Erwachsenen wie auch bei Kindern und Jugendlichen. Depressionen gehören zu den häufigsten psychischen Erkrankungen und treten im Jugendalter gehäuft auf.

Deshalb weisen wir von der SSA innerhalb der Schule präventiv auf die Thematik hin. Bei Bedarf stehen wir für ein Erstgespräch zur Verfügung.

Sollten Sie diesbezüglich Fragen haben, können Sie sich bei den zuständigen Schulsozialarbeiter\*innen melden.

Auf der Seite [www.wie-gehts-dir.ch](http://www.wie-gehts-dir.ch) finden Sie hilfreiche Informationen zum Thema. Ausserdem möchten wir Sie auf ein spannendes Dossier zum Thema hinweisen, das im ElternMagazin Fritz und Fränzi erschienen ist, auch zu finden auf unserer Homepage [www.ssa-rje.ch](http://www.ssa-rje.ch).

Mit freundlichen Grüssen

Schulsozialarbeitende Rapperswil-Jona