

## Hilfestellen bei Cybermobbing

### **Cybermobbing-Hilfe e.V.**

<https://beratung.cybermobbing-hilfe.de/>

Das Team von Cybermobbing-Hilfe e. V. besteht aktuell aus etwa zehn Ehrenamtlichen, die sich regelmäßig engagieren. Die Anliegen werden von Jugendlichen zwischen 14 und 20 Jahren beantwortet, die durch medienpädagogische Fachkräfte unterstützt werden. Vor Aufnahme der Beratungstätigkeit werden die Jugendlichen ausgebildet. Zudem finden regelmäßige Fortbildungen und Workshops, u.a. in Kooperation mit der Freiwilligen Selbstkontrolle Multimedia-Diensteanbieter (FSM), statt.

### **Weisser Ring e. V. – Bundesweit. Kostenfrei. Anonym.**

<https://weisser-ring.de/hilfe-fuer-opfer/opfer-telefon>

Telefon: 116 006; täglich von 7 bis 22 Uhr

Zu unseren Hilfsmöglichkeiten des Weissen Rings zählen unter anderem menschlicher Beistand und persönliche Betreuung, Begleitung zu Terminen bei Polizei, Staatsanwaltschaft und Gericht, Gewährung von Rechtsschutz sowie finanzielle Unterstützung von tatbedingten Notlagen. Die Opferhelferinnen und -helfer werden mit einem mehrstufigen Seminarprogramm darauf vorbereitet, professionell zu helfen. Die Ausbildung ist systematisch und methodisch auf dem aktuellen Stand der Wissenschaft.

### **Elterntelefon der "Nummer gegen Kummer"**

<https://www.nummergegenkummer.de/elternberatung/elterntelefon/>

Telefon: 0800 111 0 550

Das Elterntelefon ist ein bundesweites telefonisches Gesprächs-, Beratungs- und Informationsangebot, das Sie in den oft schwierigen Fragen der Erziehung Ihrer Kinder auch bei internetbezogenen Themen schnell und kompetent unterstützt - anonym und kostenlos montags bis freitags von 9-17 Uhr, dienstags und donnerstags von 9-19 Uhr.

### **Telefonseelsorge**

<https://online.telefonseelsorge.de/>

Telefon: 0800 111 0 111 / 0800 111 0 222 / 116 123 – rund um die Uhr besetzt

Hier können Hilfesuchende zwischen Mail und Chat wählen. Damit eine Seelsorgerin oder ein Seelsorger Unterstützung in einem geschützten Raum bieten kann, ist eine Registrierung erforderlich. Die Daten werden anonym behandelt.

### **Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung**

<https://www.bke-beratung.de/>

Hier finden Sie eine bundesweite Adressenliste der Erziehungsberatungsstellen. Eltern können sich per Mail von Fachkräften kostenlos beraten lassen, im täglichen Chat und im Forum mit anderen Eltern austauschen. Und unter [www.bke-jugendberatung.de](http://www.bke-jugendberatung.de) können sich Jugendliche über ihre Probleme und Ängste, über Stress und Ärger austauschen. Beide Angebote werden von Fachleuten moderiert. Die Beratungen erfolgen anonym und kostenfrei.