

2. Beratungsmöglichkeiten und hilfreiche Links

Alle im Folgenden aufgelisteten Angebote sind **kostenfrei**, **vertraulich** und größtenteils auch **anonym** nutzbar (wenn nicht anders angegeben).

Da sich die Erreichbarkeitszeiten der Beratungstelefone teilweise ändern, haben wir auf Angaben hierzu verzichtet. Sie können jedoch unter den entsprechenden Links eingesehen werden (Stand: 25.02.2021). Alle Angaben wurden mit Sorgfalt zusammengestellt. Es besteht kein Anspruch auf Vollständigkeit.

Beratungsangebote während der Corona-Krise

► **Staatliches Schulamt für die Stadt Frankfurt am Main**

Schulpsychologische Beratung

Schulen, Lehrkräfte, UBUS-Fachkräfte, Eltern und Schülerinnen und Schüler können sich bei Beratungsbedarf wie gewohnt an ihre zuständige Schulpsychologin / ihren zuständigen Schulpsychologen wenden
Schulliste mit Zuständigkeiten:

schulaemter.hessen.de/sites/schulaemter.hessen.de/files/Zust%C3%A4ndigkeiten_n%20im%20Staatlichen%20Schulamt%20f%C3%BCr%20die%20Stadt%20Frankfurt%20am%20Main%20nach%20Schulen.pdf

Kontaktdaten Schulpsychologie: schulaemter.hessen.de/standorte/frankfurt-am-main/zustaendigkeiten/geschaeftsverteilung

Schulpsychologisches Beratungstelefon

für Eltern und Schülerinnen und Schüler der Stadt Frankfurt am Main

☎ 069 38989 166

📄 kultusministerium.hessen.de/schulsystem/umgang-mit-corona-schulen/fuer-eltern/hinweise-und-hilfe-fuer-eltern

► **Corona-Krisentelefon des Zentrums für Psychotherapie der Goethe-Universität Frankfurt am Main**

☎ 069 798 23849

Telefonberatung durch Psycholog*innen für Erwachsene sowie durch Psycholog*innen und Pädagog*innen für Kinder, Jugendliche und Eltern

📄 www.psychologie.uni-frankfurt.de/86817645/Corona_Krisentelefon?legacy_request=1

► **Mehrsprachiges Corona-Krisen-Telefon der Psychosozialen Beratungsstelle für Flüchtlinge der Goethe-Universität Frankfurt am Main**

Mehrsprachige Beratung zu aktuellen Auflagen, Ansteckungsvorbeugung und zur Strukturierung des Alltags. Sollte niemand erreichbar sein, kann eine kurze Nachricht mit dem jeweiligen Anliegen hinterlassen werden und es erfolgt ein Rückruf.

☎ 069 798 25366

📄 www.psychologie.uni-frankfurt.de/86901603/Corona?legacy_request=1

► **Nummer gegen Kummer**

Kinder- und Jugendtelefon

☎ 116 111

💻 Onlineberatung per Mail und Chat möglich:

www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html

Elterntelefon

☎ 0800 111 0 550

💻 www.nummergegenkummer.de/elterntelefon.html

► **TelefonSeelsorge**

☎ 0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222

💻 Onlineberatung per Mail und Chat: online.telefonseelsorge.de

► **Muslimisches SeelsorgeTelefon (MuTeS)**

Telefonische Beratung, dienstags auch auf Türkisch

☎ 030 44 35 09 821

💻 www.mutes.de

► **Zentralwohlfahrtsstelle der Juden in Deutschland e. V.**

☎ Beratungshotline für Kinder und Jugendliche: 069 944371-63

☎ Beratungshotline für alleinerziehende Eltern u. junge Familien: 069 944371-46

💻 www.zwst.org/de/we-care/beratungshotlines

► **JugendNotmail**

Online-Einzelberatung, Einzelchats, Themenchats und Foren für Jugendliche bis 19 Jahre

💻 www.jugendnotmail.de

► **Frankfurter Erziehungsberatungsstellen für Eltern, Kinder und Jugendliche**

💻 www.ebfffm.de

Die Kontaktdaten Ihrer zuständigen Beratungsstelle im jeweiligen Stadtteil entnehmen Sie der Homepage: www.ebfffm.de/standorte-der-frankfurter-erziehungsberatungsstellen/standortuebersicht-der-frankfurter-erziehungsberatungsstellen/

Beratung in verschiedenen Sprachen: www.ebfffm.de/unsere-angebote/beratung-in-ihrer-muttersprache/

Onlineberatung (per Mail und Chat möglich) des Hauses der Volksarbeit:

- **Jugendberatung:** www.onlineberatung-jugendliche.de

- **Elternberatung:** www.online-erziehungsberatung.de

► **Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung e.V. (bke) – Onlineberatung**

Onlineberatung per Mail und Chat

- **Jugendberatung:** jugend.bke-beratung.de/views/home/index.html

- **Elternberatung:** eltern.bke-beratung.de/views/home/index.html

► **Caritas Deutschland – Onlineberatung**

Onlineberatung zu verschiedenen Themen

💻 www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/onlineberatung

► **Gesundheitsamt Frankfurt**

Sozialpsychiatrischer Dienst (SpDi)

Unterstützung bei der Bewältigung psychischer und seelischer Krisen

☎ 069 212 33311

Download Flyer: frankfurt.de/-/media/frankfurtde/service-und-rathaus/verwaltung/aemter-und-institutionen/gesundheitsamt/pdf/flyer-raum-und-zeit-fuer-hilfe-2017.ashx

Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst

☎ 069 212 38179

Download Flyer: frankfurt.de/-/media/frankfurtde/service-und-rathaus/verwaltung/aemter-und-institutionen/gesundheitsamt/pdf/flyer_kujpd_4s_72.ashx

► **Ipsos – Kultursensible psychosoziale Onlineberatung (mehrsprachig)**

🌐 www.ipsos-care.com

► **Stark durch die Krise**

Online-Training zur Bewältigung psychischer Belastungen in der Corona-Krise sowie Mediathek mit Hilfestellungen und Experten-Videos von Psycholog*innen und Psychotherapeut*innen

🌐 www.starkdurchdiekrise.de

Themenbezogene Anlaufstellen und Links

Kinderschutz

► **Jugend- und Sozialamt Frankfurt am Main**

☎ 069 212 44900 (Hotline)

🌐 frankfurt.de/service-und-rathaus/verwaltung/aemter-und-institutionen/jugend-und-sozialamt

► **Frankfurter Kinder- und Jugendschutztelefon**

für Kinder, Jugendliche, Eltern und alle Bürgerinnen und Bürger

☎ 0800 20 10 111

🌐 www.kinderschutz-frankfurt.de

► **Deutscher Kinderschutzbund - Bezirksverband Frankfurt am Main**

Beratungstelefon „Corona-Zeit mit Kind“ für alle Familien mit Kindern bei allen Fragen rund um den Alltag mit Kindern in diesen besonderen Zeiten

☎ 0800 66 46 969

🌐 www.kinderschutzbund-frankfurt.de

Sexualisierte Gewalt und Digitale Gewalt

► **FeM Mädchenhaus Frankfurt**

☎ 069 53 10 79

@ maedchenberatung@fem-maedchenhaus.de

Onlineberatung für Mädchen und junge Frauen (Einzelchat und Forum)

🌐 www.fem-onlineberatung.de

- ▶ **Wildwasser Frankfurt e.V.**
Beratungsstelle bei sexuellem Missbrauch
☎ 069 95 50 29 10
@ kontakt@wildwasser-frankfurt.de
🌐 www.wildwasser-frankfurt.de

- ▶ **Hilfetelefon sexueller Missbrauch**
☎ 0800 22 55 530
🌐 www.hilfetelefon-missbrauch.de

- ▶ **Save me online – Onlineberatung für Jugendliche**
Themen: miese Anmache, Mobbing in der Schule, Cybermobbing, Probleme mit Sexting, sexueller Missbrauch, Zusendung von Pornos oder andere sexuelle Übergriffe
🌐 www.save-me-online.de

- ▶ **JUUUपोर्ट**
Onlineberatung bei Cybermobbing, Stress in sozialen Medien, Datenklau, Cybergrooming, Sexting, Gaming, Online-Sucht oder Technik
🌐 www.juuuport.de/beratung

- ▶ **Hilfeportal sexueller Missbrauch, Unabhängiger Beauftragter für Fragen des sexuellen Missbrauchs (UBSKM)**
🌐 www.hilfeportal-missbrauch.de/startseite.html

Depression und Suizidalität

- ▶ **Stiftung Deutsche Depressionshilfe**
Info-Telefon Depression
☎ 0800 33 44 533
🌐 www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe/wo-finde-ich-hilfe/info-telefon
iFightDepression
Nur in Begleitung durch Ärzt*in oder Psychotherapeut*in: Mehrsprachiges, internetbasiertes Selbstmanagement-Programm für Erwachsene und Jugendliche ab 15 Jahren mit leichten Depressionsformen:
🌐 www.deutsche-depressionshilfe.de/unsere-angebote/fuer-betroffene-und-angehoerige/iffightdepression-tool

- ▶ **moodgym**
Online-Selbsthilfeprogramm zur Vorbeugung oder Verringerung von depressiven Symptomen
🌐 www.moodgym.de

- ▶ **Psychosozialer Krisendienst Frankfurt (Bürgerhilfe Sozialpsychiatrie Frankfurt am Main e.V.)**
Hilfestellungen und telefonische Beratung in psychosozialen Notlagen, Krisenintervention sowie Vermittlung ärztlicher Hilfe nachts (bis 01:00 Uhr) und am Wochenende
☎ 069 6113 75
🌐 www.bsf-frankfurt.de/krisendienst/

► **KrisenKompass - App zur Suizidprävention**

App der TelefonSeelsorge, die dank ihrer Funktionsweise eine Art Notfallkoffer für Krisensituationen ist

📄 www.telefonseelsorge.de/krisenkompass/

► **[U25] Deutschland**

Informationen und Mailberatung für junge Menschen bis 25 Jahre bei Krisen und Suizidgefahr. [U25] wurde vom Arbeitskreis Leben Freiburg (AKL) entwickelt und wird seit 2012 gemeinsam mit dem Deutschen Caritasverband (DCV) angeboten.

📄 www.u25-deutschland.de

► **Youth-Life-Line**

Online-Beratung speziell für Jugendliche und junge Erwachsene bis 21 Jahre in akuten Krisen und bei Suizidgefährdung

📄 www.youth-life-line.de

Im Notfall

► **Bei akuter Suizidgefahr im Notfall: Rettungsdienst: 112 bzw. Polizei: 110**

► **Frankfurter Projekt zur Prävention von Suiziden mittels Evidenz-basierter Maßnahmen (FraPPE)**

Notfall-Hotline in akuten Krisensituationen

☎ 069 630 13 113

Hier erreichen Sie rund um die Uhr eine der psychiatrischen Kliniken in Frankfurt

📄 www.frappe-frankfurt.de

Schulvermeidung

► **Schulabsentismus-Sprechstunde** der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters der Johann Wolfgang Goethe-Universität

☎ 069 6301-5920

@ kjp.ambulanz@kgu.de

📄 Download Flyer: www.kgu.de/fileadmin/redakteure/Fachkliniken/Kinder-Jugendmedizin/Psychiatrie_I/Flyer_Schulabsentismusabend_neu2016.pdf

Suchtberatung

► **Jugend- und Drogenberatungsstellen in Frankfurt am Main**

In Frankfurt gibt es vier Jugend- und Drogenberatungsstellen (mit regionalen Zuständigkeiten sowie fachlichen Schwerpunkten; auch Angehörigenberatung):

Jugendberatung und Suchthilfe Am Merianplatz

u. a. auch Fachberatung für Verhaltenssuchte (Computerspiel-, Internet-, Mediensucht; Sex-, Sport-, Arbeits-, Kaufsucht; Essstörungen) sowie Beratung von Jugendlichen suchtkranker Eltern

☎ 069 943303-0

@ ibsmerian@jj-ev.de

📄 www.jj-ev.de/index.php/jugendberatung-und-suchthilfe-am-merianplatz

Haus der Beratung – Jugendberatung und Suchthilfe Sachsenhausen

u.a. auch Fachstelle für Geflüchtete

☎ 069 913030-0

@ hdb-frankfurt@jj-ev.de

🌐 www.jj-ev.de/index.php/jugendberatung-und-suchthilfe-sachsenhausen

Jugend- und Drogenberatung Höchst

☎ 069 33 99 87-0

@ beratunghoechst@vae-ev.de

🌐 www.vae-ev.de/einrichtung/jugend-und-drogenberatung-hoechst

drop in | Fachstelle Nord für Suchtfragen

☎ 069 9 51 03 25 -0

@ dropin@vae-ev.de

🌐 www.vae-ev.de/einrichtung/drop-in-fachstelle-nord-fuer-suchtfragen

▶ **Spezialambulanz Computerspiel- und Internetabhängigkeit**

Institut für Psychologie der Goethe-Universität Frankfurt (Abteilung Kinder- und Jugendpsychotherapie)

☎ 069 798 23986

@ sekretariat-kiju@zpt-gu.de

🌐 www.psychologie.uni-frankfurt.de/87747636

Download Flyer: www.psychologie.uni-frankfurt.de/94678088/Flyer_Spezialambulanz_Computerabh%C3%A4ngigkeit_1.pdf

▶ **BASIS e.V. – Beratung, Arbeit, Jugend & Kultur e.V.**

Sucht- und Drogennotruf, Online-Beratung per Mail / Chat, Angehörigenberatung

☎ regionale Rufnummer: 069 623451 (ortsüblicher Tarif)

☎ überregionale Rufnummer: 01806 313031 (0,20 € pro Anruf aus dem Festnetz, max. 0,60 € pro Anruf aus dem Mobilfunknetz)

@ info@basis-ev.eu

🌐 www.basis-ev.eu

▶ **ELSA – Elternberatung bei Suchtgefährdung und Abhängigkeit von Kindern und Jugendlichen**

Onlineberatung per Mail oder Chat (problematischer Alkohol- oder Drogenkonsum, Glückspielverhalten, übermäßige Internetnutzung / Computerspielen)

🌐 www.elternberatung-sucht.de

▶ **Fachdienst Frühintervention beim Glücksspiel der Evangelischen Suchtberatung Frankfurt am Main**

Beratung für Jugendliche und junge Erwachsene (16-25 Jahre)

☎ 069 5302-307

@ veit.wennhak@frankfurt-evangelisch.de

🌐 evangelische-beratung.com/sucht/gluecksspiel

Kinder aus von Sucht belasteten Familien

- ▶ **Notruf-Telefon für Kinder aus suchtbelasteten Familien**
Bundesweites Angebot des Hamburger Vereins Such(t)- und Wendepunkt e.V.
☎ 0800 - 280 280 1
- ▶ **NACOA Deutschland – Interessenvertretung für Kinder aus Suchtfamilien e.V.**
Telefonische und Online-Beratung über E-Mail und Einzel- oder Gruppenchat für Betroffene, Angehörige und Fachkräfte
☎ Beratungstelefon: 030 - 35 12 24 29
📄 nacoa.de/projekte/beratungsangebote-rund-um-das-thema-kinder-aus-suchtfamilien
- ▶ **KidKit – Hilfe bei Problemeltern**
Online-Beratung (webbasierte E-Mail und Einzelchat) bei Sucht, Gewalt oder psychischen Problemen in der Familie
📄 www.kidkit.de

Essstörungen

- ▶ **Balance – Beratung und Therapie bei Essstörungen e.V.**
☎ 069 490 86 330
@ baless@t-online.de
📄 www.balance-bei-essstoerungen.de
- ▶ **Frankfurter Zentrum für Ess-Störungen GmbH**
Telefonische und Online-Beratung per E-Mail oder Einzelchat
☎ Telefonische Beratungshotline: 069 55 01 76
📄 www.essstoerungen-frankfurt.de

Beratungsstellen zum Thema Transidentität

- ▶ **Trans*ID: von Trans zu Trans**
Anonymes Beratungs- und Gesprächsangebot der Aidshilfe Frankfurt von Trans zu Trans; Persönliche-, Online-, oder Telefonberatung
☎ 0176 - 51 59 62 70 (Jessica Purkhard, Trans*ID)
@ transid@ah-frankfurt.de
📄 www.frankfurt-aidshilfe.de/de/transid
- ▶ **KUSS 41**
Beratungsstelle und offener Treff für Trans*, Inter* und A* - Personen; zu Pandemiezeiten finden Treffen u.a. online über Zoom statt; es kann zudem persönliche Beratung in Anspruch genommen werden; diese ist laut Webseite im „walk & talk“ möglich
☎ 069 297 236 56 sowie weitere Telefonnummern: siehe Webseite
@ mitarbeitende@kuss41.de
📄 www.kuss41.de

► **Kompetenzzentrum Transidentität und Diversität**

☎ 0160 - 92309137

@ Beratungsstelle Frankfurt: ktd-frankfurt@dgti.org

🌐 www.k-t-d.org

Weitere Beratungsmöglichkeiten

► **Hessens Offene Ohren**

Webseite mit Funktion zum Suchen von Adressen und Telefonnummern für alle, die Hilfe, Rat oder ein offenes Ohr suchen (Suche via Zuständigkeitsgebieten / Themen / Sprachen oder per Suchbegriff)

🌐 offeneohren-hessen.de

Ideen u. Anregungen zum Umgang mit der aktuellen Situation

► **Goethe-Universität Frankfurt am Main**

🌐 www.boep.or.at/psychologische-behandlung/informationen-zum-coronavirus-covid-19

Download COVID-19-Infoblatt: www.psychologie.uni-frankfurt.de/86813125/COVID_19_PsychologischerRatgeber.pdf

► **Deutsche Gesellschaft für Psychologie**

🌐 www.dgps.de

Texte und Videos mit psychologischen Tipps und Hilfen für die Corona-Zeit

🌐 psychologische-coronahilfe.de

► **AETAS Kinderstiftung**

Handreichungen in mehreren Sprachen mit Anregungen zum Umgang mit der aktuellen Situation

🌐 www.aetas-kinderstiftung.de/handreichungen-coronavirus

► **Deutsche Depressionshilfe**

Hinweise für an Depression erkrankte Menschen während der Corona-Krise

🌐 www.deutsche-depressionshilfe.de/corona

► **Familien unter Druck**

Videos für Eltern zur Unterstützung in der Corona-Zeit

🌐 www.familienunterdruck.de

► **Corona erklärt von der Sendung mit der Maus**

🌐 www.wdrmaus.de/extras/mausthemen/corona/index.php5