

## Pressemitteilung

### **20 Jahre Online-Beratung der „Nummer gegen Kummer“ Schnelle Hilfe für Kinder und Jugendliche – rund 195.000 Beratungen zwischen 2003 und Ende 2022**

Wuppertal, 29.11.2023. „Manchen Jugendlichen fällt es leichter über ihre Sorgen zu schreiben, anstatt darüber zu sprechen. Dafür ist die Online-Beratung da!“, so ein Berater aus dem Online-Beratungsteam der „Nummer gegen Kummer“.

Seit 20 Jahren können sich junge Menschen neben dem Telefon auch online bei der „Nummer gegen Kummer“ beraten lassen. Gestartet ist das Angebot im Jahr 2003, damals noch als Teil der Sendung Kummerkasten von KiKa, dem Kinderkanal. Somit gehört die Online-Beratung der „Nummer gegen Kummer“ zu den ältesten Online-Beratungsangeboten für Kinder und Jugendliche in ganz Deutschland! Rund 195.000 Beratungen wurden seither vom Online-Beratungsteam geführt. Im Durchschnitt gehen monatlich rund 1.250 Anfragen ratsuchender Kinder und Jugendlicher ein. Ohne das große persönliche Engagement der vielen zumeist ehrenamtlichen Mitarbeitenden wäre das Angebot nicht möglich – ihnen gebührt daher unser besonderer Dank!

#### **Rund 60% der jungen Ratsuchenden haben eine akute Krise.**

Junge Menschen können sich unter [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de) per Mail und seit 2019 auch im Chat beraten lassen. Alle, die sich an die qualifizierten ehrenamtlich Beratenden der Online-Beratung wenden, finden eine Person, die sich Zeit nimmt und „zuhört“. Besonders bei schwierigen und belastenden Themen für junge Ratsuchende da zu sein, sie zu stärken, zu informieren und im Bedarfsfall zu motivieren, eigenständig weitergehende Hilfe in Anspruch zu nehmen, ist ein wichtiges Anliegen der Online-Beratung. Das Aufschreiben der eigenen Probleme sowie die damit verbundenen Empfindungen und Gefühle erleben die Ratsuchenden oft schon als entlastend. Häufig nähern sich die Ratsuchenden ihrem Problem dann schon an und ein erster Bewältigungsschritt ist getan. Im Gegensatz zum Kinder- und Jugendtelefon nutzen von Anfang an mehr Mädchen (74%) die Online-Beratung, der Altersschwerpunkt der Ratsuchenden liegt zwischen 13 und 18 Jahren.

#### **Vertraulich, kostenlos und leicht erreichbar!**

Wie alle Angebote unter dem Dach der „Nummer gegen Kummer“ ist auch die Online-Beratung leicht erreichbar und themenoffen. Junge Ratsuchende können sich mit allen Themen, Fragen und Sorgen an das Beratungsteam wenden. „Die meisten melden sich heute vor allem mit psychischen Problemen, aber auch die eigene Beziehung zu den Eltern, Selbstvertrauen und Ängste sind häufig Thema.“, so Rainer Schütz, Geschäftsführer von Nummer gegen Kummer e.V. „Für das langjährige Vertrauen in unsere Arbeit möchten wir uns bei den Ratsuchenden bedanken und sie ermutigen, sich weiterhin vertrauliche Hilfe und Unterstützung an unseren bundesweiten Angeboten zu suchen. Darüber reden hilft – und darüber schreiben auch!“



**Pressekontakt:**

Anfragen richten Sie bitte an [presse@nummergegenkummer.de](mailto:presse@nummergegenkummer.de)

oder Tel. 0202 259 059 – 0

Nummer gegen Kummer e.V.

Anna Zacharias

Hofkamp 108

42103 Wuppertal

[a.zacharias@nummergegenkummer.de](mailto:a.zacharias@nummergegenkummer.de)

**Über Nummer gegen Kummer e.V.:**

Nummer gegen Kummer e.V. ist der Dachverband für örtliche Vereine, die in Deutschland ein Kinder- und Jugendtelefon und Elterntelefon betreiben. Die derzeit 87 lokalen Träger der Beratungstelefone sind überwiegend örtliche Verbände des Deutschen Kinderschutzbundes sowie anderer Wohlfahrtsverbände. Dieses Netzwerk stellt das deutschlandweit größte kostenfreie, telefonische Beratungsangebot für Kinder, Jugendliche und Eltern dar. Speziell ausgebildete und hauptsächlich ehrenamtlich engagierte Berater\*innen unterstützen die Anrufenden im Sinne von Hilfe zur Selbsthilfe bei Alltagsproblemen und in schwierigen Lebenssituationen. Zur Finanzierung des Netzwerkes bemühen sich Nummer gegen Kummer e.V. bundesweit und seine Trägervereine lokal um Spenden von Unternehmen, Organisationen und Privatpersonen.

Nummer gegen Kummer e.V. ist aus dem Deutschen Kinderschutzbund hervorgegangen und diesem als Mitglied in seiner Zielsetzung verbunden. Der Dachverband ist Mitglied bei Child Helpline International.

Nummer gegen Kummer e.V. wird durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefördert und von der Deutschen Telekom unterstützt. Seit 1991 stellt die Deutsche Telekom als Kooperationspartner der Nummer gegen Kummer e.V. die technische Infrastruktur für das bundesweite Beratungsangebot kostenfrei zur Verfügung. Außerdem übernimmt sie die Verbindungsgebühren für die Anrufe an die Beratungstelefone.

**Elterntelefon** unter 0800 - 111 0 550

Mo - Fr von 9 - 17 Uhr sowie Di und Do von 17 bis 19 Uhr

**Kinder- und Jugendtelefon** unter 116 111

Mo - Sa von 14 bis 20 Uhr

**Online-Beratung für Kinder und Jugendliche** per Mail und Chat unter

[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

**Helpline Ukraine für ukrainische Kinder, Jugendliche und Eltern** unter 0800 – 500 225 0

Mo - Fr von 14 bis 17 Uhr

Weitere Informationen unter [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)



Im Kontext der Europäischen Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) informieren wir Sie, dass wir Adressdaten sammeln und pflegen, um unsere Partner und potentiellen Partner über unsere Vereinsarbeit zu informieren. Ihre Kontaktadresse ist in unserer Datenbank, weil Sie Partner, Interessent, Mitglied, für uns tätig oder potentieller Interessent eines unserer Projekte waren/sind. Gerne werden wir Sie weiterhin über unsere Arbeit informieren. Wenn Sie dies nicht möchten, schreiben Sie uns bitte eine formlose Mail an [presse@nummergegenkummer.de](mailto:presse@nummergegenkummer.de).

