

## Pressemitteilung

- ▶ Über 100.000 Beratungen in 30 Jahren „Jugendliche beraten Jugendliche“
- ▶ Ein erfolgreiches Peer-to-Peer-Angebot feiert Jubiläum
- ▶ Jugendberater\*innen im Fokus am internationalen Tag des Ehrenamts

Wuppertal, 05.12.2024. Seit drei Jahrzehnten bietet die Nummer gegen Kummer mit dem Angebot „Jugendliche beraten Jugendliche“ für junge Menschen eine verlässliche Anlaufstelle in Krisenzeiten. Die Initiative folgt einem Peer-to-Peer-Ansatz: Jeden Samstag beraten am Kinder- und Jugendtelefon ausgebildete Jugendliche ab 16 Jahren - anonym und kostenlos. Die Beratung von Jugendlichen für Jugendliche schafft eine Vertrauensbasis und ermöglicht einen Austausch, bei dem junge Menschen sich auf Augenhöhe begegnen und ihre Sorgen teilen können. Allein im Jahr 2023 haben die fast 500 Berater\*innen über 4.000 Beratungen durchgeführt.

### Die Peer-to-Peer-Beratung kann zusätzlich Hemmschwellen senken.

Der Peer-to-Peer-Ansatz hat sich über die Jahre als äußerst wirkungsvoll erwiesen. Jungen Menschen fällt es oft leichter, sich Gleichaltrigen anzuvertrauen, da diese ihre Lebensrealität und aktuellen Herausforderungen häufig besser nachvollziehen können. Ob schulische Probleme, Stress mit den Eltern, Freundschaftskonflikte oder erste Liebeskummer-Erfahrungen – die jungen Berater\*innen stehen mit Einfühlungsvermögen und Verständnis zur Seite.

„Ich lerne am Telefon so viele verschiedene Menschen und ihre Geschichte kennen, sie zeigen mir Seiten, die nicht jede\*r andere sehen darf und das schätze sehr. Wenn ich ihnen dann noch etwas Gutes tun kann, ist das einfach wunderbar!“, sagt eine Jugendberaterin des Projekts.

### Ein Ansatz, von dem beide Seiten profitieren.

Das Angebot schafft nicht nur Raum für die Sorgen junger Menschen, sondern fördert auch die Selbstwirksamkeit und das Verantwortungsbewusstsein der jungen Ehrenamtlichen selbst. Die Berater\*innen werden im Vorfeld intensiv geschult und für die Herausforderungen im Beratungsalltag vorbereitet.

### Ehrenamtstag: Ein Anlass, das Engagement junger Menschen zu würdigen

Am heutigen Internationalen Tag des Ehrenamts möchten wir besonders die jungen Berater\*innen würdigen, die ihre Freizeit einsetzen, um anderen zu helfen. Ihr Engagement zeigt eindrucksvoll, wie wichtig ehrenamtliche Arbeit für den sozialen Zusammenhalt ist – und wie groß die Bereitschaft junger Menschen ist, Verantwortung zu übernehmen.



„Wir sind stolz, seit 30 Jahren ein vertrauensvolles Beratungsangebot von Jugendlichen für Jugendliche anbieten zu können. Unser besonderer Dank gilt den zahlreichen jungen Berater\*innen, die dieses Projekt mit ihrem Engagement möglich machen und vielen Hilfesuchenden eine wertvolle Stütze bieten“, so die Geschäftsführerin von Nummer gegen Kummer e.V., Anna Zacharias.

### Pressekontakt:

Anfragen richten Sie bitte an [presse@nummergegenkummer.de](mailto:presse@nummergegenkummer.de)  
oder Tel. 0202 259 059 – 0  
Nummer gegen Kummer e.V.  
Hofkamp 108  
42103 Wuppertal

### 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).

