

Mehr als **5,4 Mio. Beratungen** in **45 Jahren**

2025

insgesamt

124.619

BERATUNGEN



**Kinder- und
Jugendtelefon**

mit "Jugendliche
beraten Jugendliche"

84.329

BERATUNGEN

Davon 4.742 von
Jugendlichen für
Jugendliche



**Online-
Beratung**

für Kinder und Jugendliche

18.855

BERATUNGEN



**Eltern-
telefon**

20.635

BERATUNGEN



**Helpline
Ukraine**

800

BERATUNGEN

KINDER- UND JUGENDTELEFON 2025

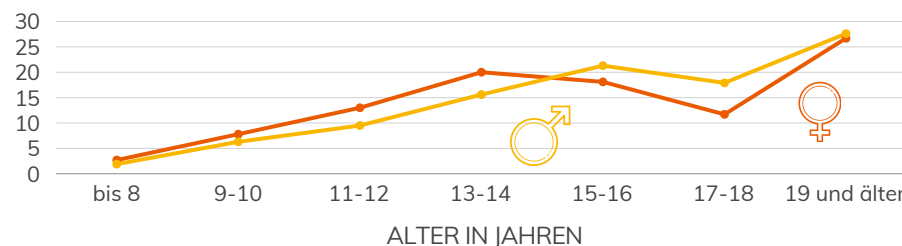
NummergegenKummer



BERATUNGEN
2025 **84.329**
INSGESAMT

ALTER

Der Altersschwerpunkt bei den anrufenden Kindern und Jugendlichen liegt zwischen 12 und 17 Jahren

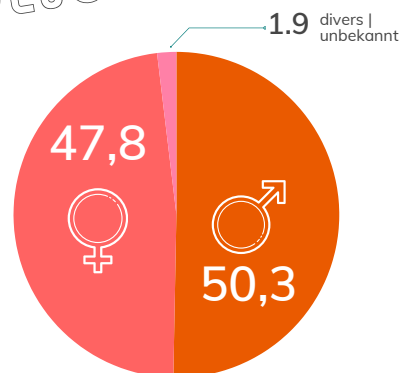


ANGABEN IN %

BERATUNGS- ZEITEN

Mo bis Sa 14-20 Uhr
Sa: Jugendliche beraten Jugendliche

GESCHLECHT



ANGABEN IN %

TOP 3 THEMENFELDER

45,3% der Ratsuchenden wünschen sich Anregungen zur Bewältigung ihres Problems, weitere 42,4% möchten sich emotional entlasten



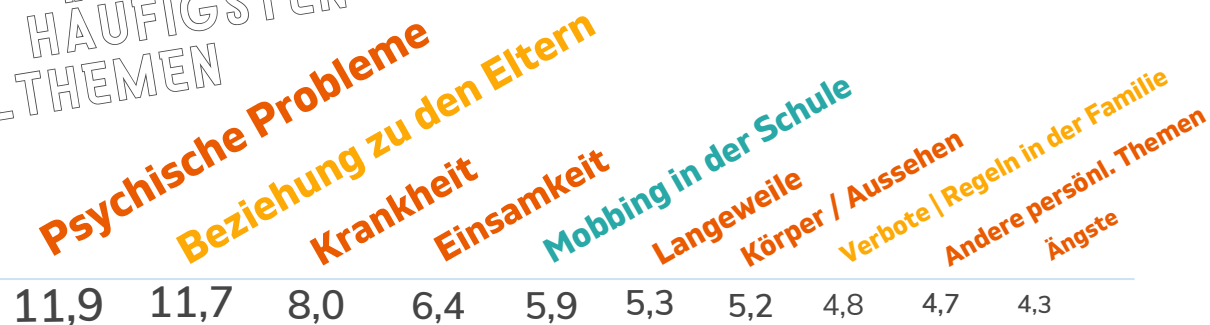
MEHRFACHNENNUNGEN MÖGLICH ANGABEN IN %

MITGLIEDER & BERATER*INNEN

76 lokale Träger
von Kinder- und
Jugendtelefonen in
Deutschland

2.270 Berater*innen
deutschlandweit:
1.945 Frauen, 316
Männer, 9 divers

DIE 10 HÄUFIGSTEN EINZELTHEMEN



MEHRFACHNENNUNGEN MÖGLICH ANGABEN IN %

QUELLE: NUMMER GEGEN KUMMER E.V.

STAND MÄRZ 2026

ONLINE-BERATUNG 2025

NummergegenKummer

MAIL & CHAT



BERATUNGEN
2025 **18.855**
INSGESAMT

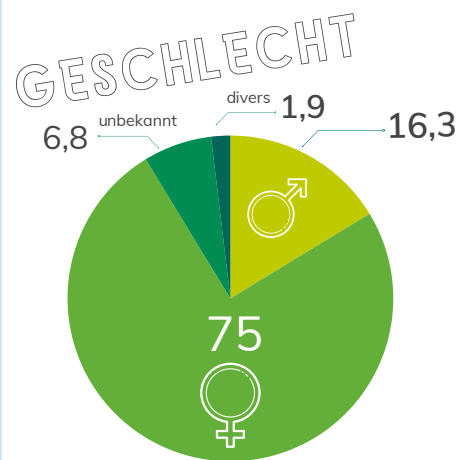
BERATUNGS-
ZEITEN

➤ Mail: 24/7
Chat: Mo bis Do
14-20 Uhr

MITGLIEDER &
BERATER*INNEN

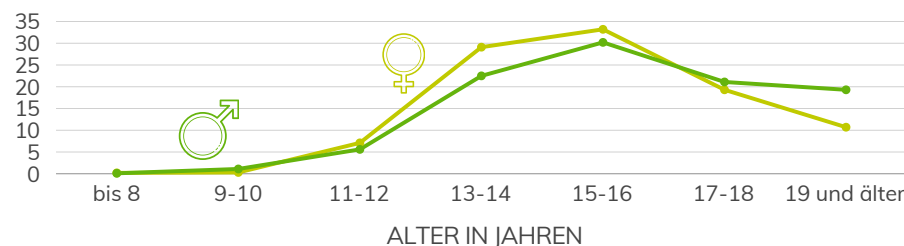
39 lokale Träger
von Kinder- und
Jugendtelefonen
mit Online-
Beratung in
Deutschland

166 Berater*innen
deutschlandweit:
135 Frauen, 31
Männer



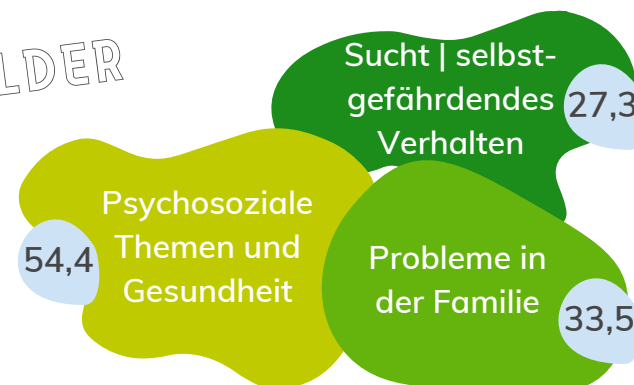
ALTER

➤ Der Altersschwerpunkt bei den ratsuchenden Jugendlichen liegt zwischen 15 und 16 Jahren

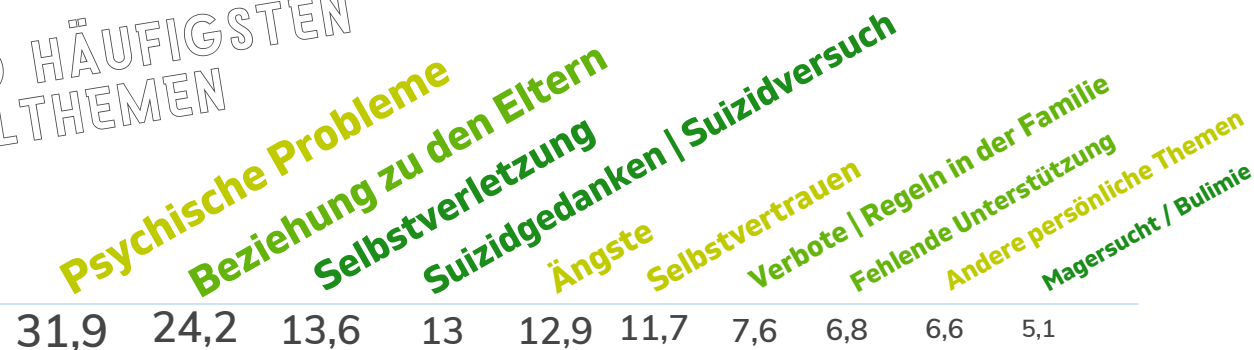


TOP 3
THEMENFELDER

➤ Über 60% der Ratsuchenden melden sich aufgrund einer akuten Krise



DIE 10 HÄUFIGSTEN
EINZELTHEMEN



QUELLE: NUMMER GEGEN KUMMER E.V.

STAND MÄRZ 2026

ELTERNTELEFON 2025



BERATUNGS- ZEITEN

Mo, Mi & Fr 9-17 Uhr
Di & Do 9-19 Uhr

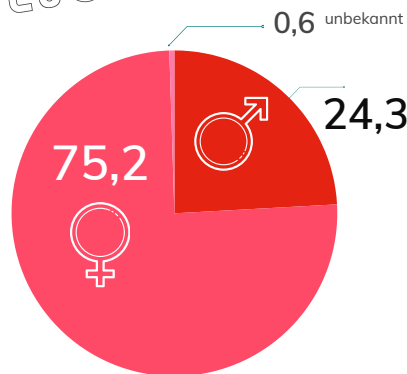
MITGLIEDER & BERATER*INNEN

41 lokale Träger
von Elterntelefonen
in Deutschland

953 Berater*innen
deutschlandweit:
826 Frauen, 124
Männer, 3 divers

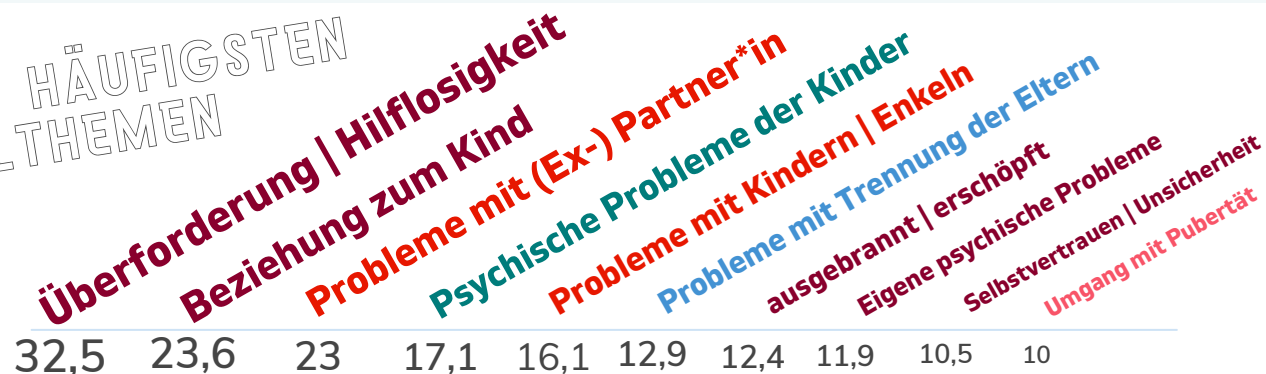
BERATUNGEN
2025 **20.635**
INSGESAMT

GESCHLECHT



ANGABEN IN %

DIE 10 HÄUFIGSTEN EINZELTHEMEN

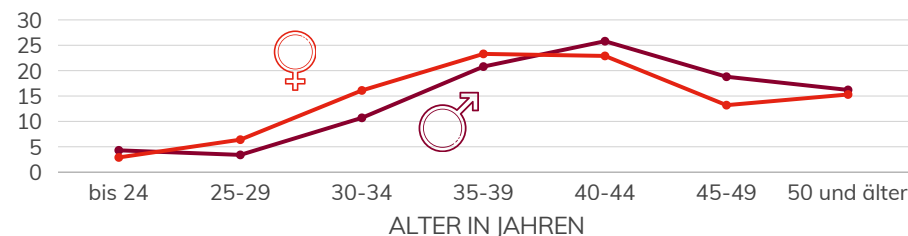


MEHRFACHNENNUNGEN MÖGLICH ANGABEN IN %

NummergegenKummer

ALTER

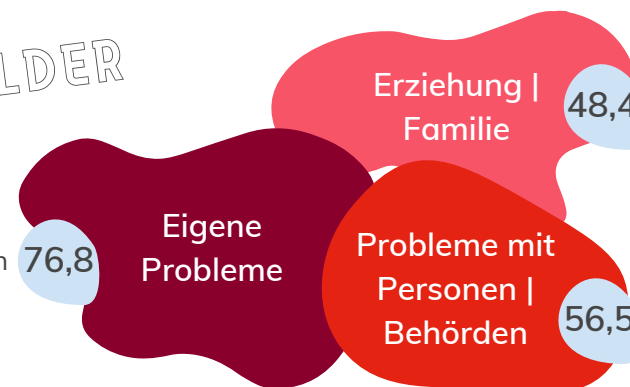
Der Altersschwerpunkt bei den anrufenden Erwachsenen liegt zwischen 30 und 49 Jahren



ANGABEN IN %

TOP 3 THEMENFELDER

45,3% aller
ratsuchenden
Erwachsenen haben
sich 2025 erstmalig
an das Elterntelefon
gewandt



MEHRFACHNENNUNGEN MÖGLICH ANGABEN IN %

JUGENDLICHE BERATEN JUGENDLICHE 2025

NummergegenKummer

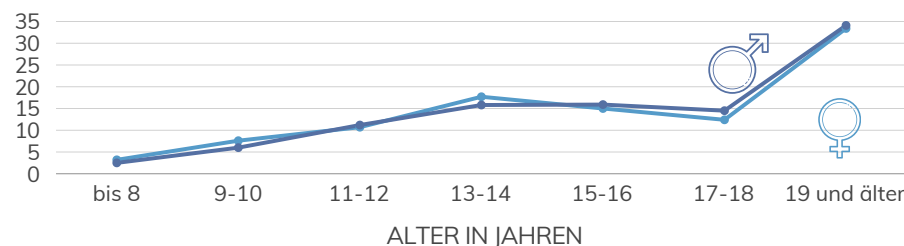


BERATUNGEN
2025 **4.742**
INSGESAMT

Knapp 6% aller Beratungen am Kinder- und Jugendtelefon

ALTER

Der Altersschwerpunkt bei den anrufenden Heranwachsenden liegt zwischen 11 und 17 Jahren

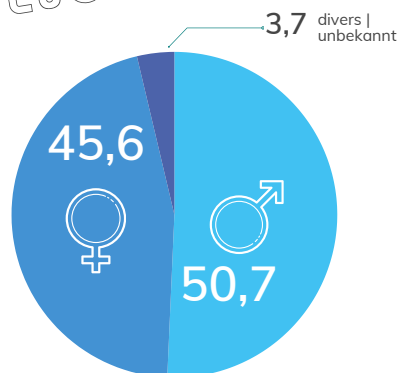


ANGABEN IN %

BERATUNGSZEITEN

Sa 14-20 Uhr am Kinder- und Jugendtelefon

GESCHLECHT



ANGABEN IN %

TOP 3 THEMENFELDER

51,9% der Ratsuchenden möchten sich durch das Gespräch emotional entlasten



MEHRFACHNENNUNGEN MÖGLICH ANGABEN IN %

MITGLIEDER & BERATER*INNEN

21 lokale Träger von Kinder- und Jugendtelefonen mit JbJ in Deutschland

369 Berater*innen deutschlandweit:
312 Frauen, 55 Männer, 2 divers

DIE 10 HÄUFIGSTEN EINZELTHEMEN



MEHRFACHNENNUNGEN MÖGLICH ANGABEN IN %

QUELLE: NUMMER GEGEN KUMMER E.V.

STAND MÄRZ 2026

HELPLINE UKRAINE 2025



BERATUNGEN
2025

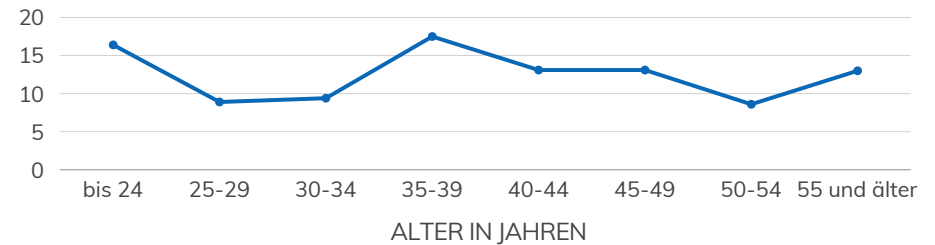
800

INSGESAMT

NummergegenKummer

ALTER

➤ An die Helpline Ukraine wenden sich insbesondere Erwachsene / Eltern zwischen 30 und 49 Jahren

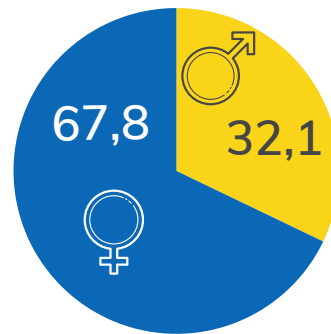


ANGABEN IN %

BERATUNG

- Mo bis Fr 14 bis 17 Uhr
- Für aus der Ukraine geflüchtete Kinder, Jugendliche und Eltern

GESCHLECHT



ANGABEN IN %

TOP 3 EINZELTHEMEN der Erwachsenen / Eltern

- Kinder und Jugendliche unter 24 Jahren beschäftigt vor allem ihr Alltag in Deutschland.



MEHRFACHNENNUNGEN MÖGLICH ANGABEN IN %

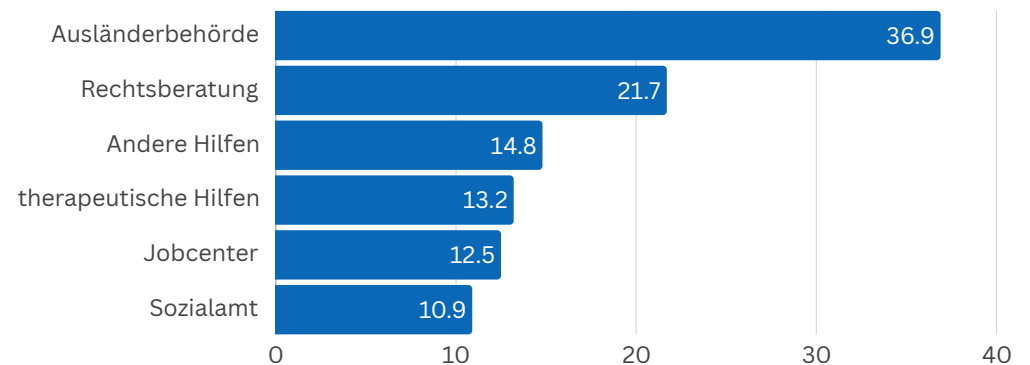
MITGLIEDER & BERATER*INNEN

Das Team der Helpline Ukraine sitzt in Wuppertal

3 Berater*innen beraten auf Russisch, Ukrainisch und Deutsch

TOP 6 EMPFOHLENE HILFEN

- 41,8% der Ratsuchenden möchten sich emotional entlasten, 45,9% brauchen bestimmte Informationen.



MEHRFACHNENNUNGEN MÖGLICH ANGABEN IN %

QUELLE: NUMMER GEGEN KUMMER E.V.

STAND MÄRZ 2026