

## Pressemitteilung

- ▶ Bei Zeugnisorgen können sich Kinder, Jugendliche und Eltern an die „Nummer gegen Kummer“ wenden
- ▶ Per Telefon und Online: Die Beratungsangebote sind das ganze Jahr über erreichbar und themenoffen

Wuppertal, 03.07.2024. Wenn deutschlandweit die Jahreszeugnisse vergeben werden, erhalten Schüler\*innen und Eltern an den Beratungsangeboten von „Nummer gegen Kummer“ Unterstützung. Unsicherheit, Selbstzweifel oder Ängste vor der Reaktion der Eltern – viele Schüler\*innen haben rund um die Zeugnisvergabe Redebedarf: „Wie erkläre ich meinen Eltern schlechte Noten? Ich habe mich doch angestrengt, warum ist das Zeugnis nicht besser ausgefallen?“ Sich vor einem schwierigen Gespräch jemandem anvertrauen zu können, kann helfen Ängste abzubauen und einen guten Lösungsweg für die individuelle Situation zu finden. Auch kann ein Gespräch entlastend sein und Mut machen.

### Viele Ratsuchende tragen einen Lösungsansatz schon in sich, brauchen aber das Gespräch als Anstoß oder Bestätigung

„Die Anliegen der Ratsuchenden sind sehr unterschiedlich. Ich gebe ihnen Zeit, um sich mitzuteilen, höre zu und gemeinsam entwickeln wir eine Strategie, um das Problem anzugehen.“, so eine Beraterin. Mit dem Kinder- und Jugendtelefon und der Online-Beratung bietet „Nummer gegen Kummer“ jungen Menschen die Möglichkeit, sich telefonisch, per Mail oder im Chat beraten zu lassen. Aber auch Eltern können sich am Elterntelefon Hilfe und Unterstützung holen – zum Beispiel, wenn sie enttäuscht oder wütend sind, oder nicht genau wissen, wie sie ihre Kinder in schwierigen Phasen am besten unterstützen können.

### Die „Nummer gegen Kummer“ ist das ganze Jahr über für Kinder, Jugendliche und Erziehende da – anonym, vertraulich, kostenlos

Damit die Zeugnisvergabe nicht zur bösen Überraschung wird, hilft es sich frühzeitig Unterstützung zu suchen. Denn nicht nur vor den Sommerferien, sondern ganzjährig spielen Leistungsdruck, Stress in der Schule, Versagensängste oder Konflikte mit den Eltern bei vielen eine große Rolle. „Wir arbeiten nach dem Prinzip der Hilfe zur Selbsthilfe. Unabhängig von dem Thema, welches die Ratsuchenden belastet, schauen wir auf deren Ressourcen und versuchen über das vertrauliche Gespräch ihre eigenen Fähigkeiten zu aktivieren.“, so Anna Zacharias, Geschäftsführerin bei „Nummer gegen Kummer“.



**Pressekontakt:**E-Mail: [presse@nummergegenkummer.de](mailto:presse@nummergegenkummer.de) | Tel.: 0202 259059 0

Nummer gegen Kummer e.V.

Hofkamp 108

42103 Wuppertal

**Über Nummer gegen Kummer e.V.:**

Nummer gegen Kummer e.V. ist der Dachverband des deutschlandweit größte telefonische Beratungsangebot für Kinder, Jugendliche und Eltern. Die derzeit 87 lokalen Träger der Beratungstelefone sind überwiegend örtliche Verbände des Deutschen Kinderschutzbundes sowie anderer Wohlfahrtsverbände. Speziell ausgebildete und hauptsächlich ehrenamtlich engagierte Berater\*innen unterstützen die Ratsuchenden 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.

**Kinder- und Jugendtelefon:** 116 111 | Mo - Sa von 14 bis 20 Uhr**Online-Beratung für Kinder und Jugendliche:** [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)**Elterntelefon:** 0800 111 0 550 | Mo - Fr von 9 - 17 Uhr, Di und Do von 17 bis 19 Uhr**Helpline Ukraine** für ukrainische Familien: 0800 500 225 0 | Mo - Fr von 14 bis 17 UhrWeitere 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 potenziellen Partner über unsere Vereinsarbeit zu informieren. Ihre Kontaktadresse ist in unserer Datenbank, weil Sie Partner, Interessent, Mitglied, für uns tätig oder potenzieller 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).

