

„Es bringt mich auch persönlich weiter“

Unter der „Nummer gegen Kummer“ beraten auch Jugendliche ihre Altersgenossen

Vor 15 Jahren gründete sich das Kinder- und Jugendtelefon Wiesbaden. Mittlerweile rufen jährlich Tausende von Jugendlichen bei der kostenfreien „Nummer gegen Kummer“ (0800/111 0333) an und fragen um Rat oder wollen sich bedrückende Erlebnisse von der Seele reden. Wir stellen die Einrichtung heute ausführlich vor.

Von
Christian Lahr

„Es ist schon krass, was man da am Telefon manchmal hört“, sagen die beiden – und sie wirken dabei schon fast etwas abgeklärt. Kein Wunder: Einmal im Monat werden die zwei jungen Frauen mit Anrufen konfrontiert, in denen ihnen Jugendliche ihr Herz ausschütten, in denen es um Liebeskummer, Schläge im Elternhaus oder einfach nur um Einsamkeit geht.

Ann-Kathrin Ochs, 19, und Dorothea Wilms, 20, sind im Team von „Jugendliche beraten Jugendliche“, einem Angebot des Kinder- und Jugendtelefons Wiesbaden, besser bekannt unter der „Nummer gegen Kummer“. Alle vier Wochen schieben sie rund 90 Minuten Telefondienst, und „die Leitungen sind eigentlich nie frei“, erzählt Ann-Kathrin.

„Beim ersten Gespräch war ich noch sehr nervös, obwohl wir alles einige Male im Rollenspiel geprobt haben“, berichtet Physikstudentin Dorothea, die bereits seit zwei Jahren andere Jugendliche berät. „Wir haben viel Liebeskummer, aber auch Jugendliche, die von ihren Eltern geschlagen werden oder andere Probleme zuhause haben“, ergänzt Ann-Kathrin.

Dann können sie nur Ratschläge geben, etwa zu Vertrauenslehrern zu gehen oder andere Menschen im Umfeld um Rat zu fragen. Direktes eingreifen ist unmöglich, denn das Kinder- und Jugendtelefon ist streng anonym, die Beraterinnen wissen noch nicht einmal, von wo aus die Jugendlichen anrufen. „Aber das ist oft auch nicht wichtig, es geht vor allem darum, zuzuhören und zu trösten“, sind die beiden überzeugt.



„Wir sind keine Psychotanten“, betonen Ann-Kathrin Ochs und Dorothea Wilms. Aber sie versuchen gern, ihren Altersgenossen zu helfen, wenn die Kummer haben. Foto: Christian Lahr

Auf die Frage, warum man seine Freizeit gerade mit dieser nicht gerade einfachen Tätigkeit verbringt, lächeln die beiden. Es sei nicht nur „ein gutes Gefühl, zu helfen“, sondern bringe einen persönlich weiter. „Ich nehme auch in meinem privaten Umfeld Gefühle ganz anders wahr, kann Gespräche viel besser führen und bin in jeder Kommunikationssituation souveräner“, sagt Ann-Kathrin.

Beide legen Wert darauf, nicht als „Psychotanten“ verschrien zu sein, im Gegenteil, in ihrem Umfeld herrsche großer Respekt für ihr ehrenamtliches Engagement vor. Dank der Beratungstätigkeit bei der „Nummer gegen Kummer“ sei ihnen bewusst, wie viele Probleme die Gesellschaft hat und welche Sorgen Kinder und Jugendliche umtreiben. „Bei mir hat auch mal ein Vater angeru-

fen, der seine Kinder verprügelt hat. Der hatte ein schlechtes Gewissen und wollte darüber reden“, berichtet Ann-Kathrin.

Das „darüber Reden“ ist wohl der wichtigste Aspekt ihres ehrenamtlichen Engagements. Etwa wenn ein Jugendlicher am Telefon „völlig abgeklärt über den Zwang erzählte, für eine Bande klauen zu müssen“, erinnert sich Dorothea an einen Fall, der sie besonders bewegt hat. Auch wenn die Berichte von sexuellem Missbrauch in ihren Schichten eher selten vorkämen – diese Jugendlichen rufen häufiger unter der Woche an, wenn Erwachsene die Kummertelefone besetzen – sei das lange Zuhören „schon anstrengend und manchmal auch belastend“.

Die Jugendlichen haben – wie die älteren Telefonberater auch – die Möglichkeit, im Be-

raterteam über ihre Erfahrungen zu sprechen oder sich die Erlebnisse in professioneller Supervision von der Seele zu reden. „Aber wenn man manchmal wenig Zeit hat, dann bleibt man mit dem Gehörten auch mal allein“, sagt Ann-Kathrin.

Trotz dieser menschlich belastenden Erfahrungen können die beiden ihre Form des ehrenamtlichen Engagements anderen Jugendlichen nur empfehlen. Mit der Tätigkeit gehe nicht nur eine zusätzliche Ausbildung in Gesprächsführung einher, die sich als Zusatzqualifikation verwenden lasse. Auch das Bewusstsein für die Gefühle anderer junger Menschen und das Einfinden in unterschiedliche Kommunikationssituationen seien positive Erlebnisse, die im Arbeits- oder Studienprozess von Nutzen sein können.

Telefonberater gesucht

■ Damit die einzelnen Telefonberater nicht überfordert werden, sucht das Kinder- und Jugendtelefon Erwachsene und vor allem Jugendliche, die bereit sind, ein- bis zweimal im Monat am Telefon ehrenamtlich Dienst zu tun.

■ Voraussetzungen für diese Tätigkeit sind vor allem die Bereitschaft zuzuhören, auch Offenheit und Toleranz gegenüber den Problemen Jugendlicher sollte vorhanden sein.

■ Die sich über einen Zeitraum von sechs Monaten erstreckende Ausbildung der ehrenamtlichen Telefonberater umfasst achtzig bis einhundert Stunden. Dabei stehen Psychologie und Gesprächsführung genauso auf dem Programm wie Exkursionen zu Einrichtungen der Jugendhilfe.

■ Wer sich für die Ausbildung zum Telefonberater interessiert, erhält erste Informationen bei der Geschäftsstelle des KJT, Telefon: 06 11/974 00 62 oder per E-Mail: kjtwiesbaden@aol.com

Und ab und zu wird das angestrengte Zuhören auch einmal durch unterhaltsame Anfragen aufgelockert, erzählen Dorothea und Ann-Kathrin. Etwa wenn es gelte, bei den Hausaufgaben zu helfen oder einem Mädchen, das sich per Handy vom Rücken eines Pferdes gemeldet hat, zu erklären, wie das edle Ross nun endlich losläuft.

Zukunftsweisend könnte sich auch die Recherche von Ann-Kathrin erwiesen haben, die einem Teenager die Nummer einer Plattenfirma heraussuchte, weil sie unbedingt Sängerin werden wollte. „Da“, so Ann-Kathrin, „habe ich ihr zugeredet, dass wirklich zu probieren – auch so etwas stärkt das Selbstbewusstsein.“ Bei vielem gehörten Elend haben die jugendlichen Telefonberater also auch manchmal Gelegenheit zum Schmunzeln.