

Nummer**gegen**Kummer

JAHRESBERICHT 2024

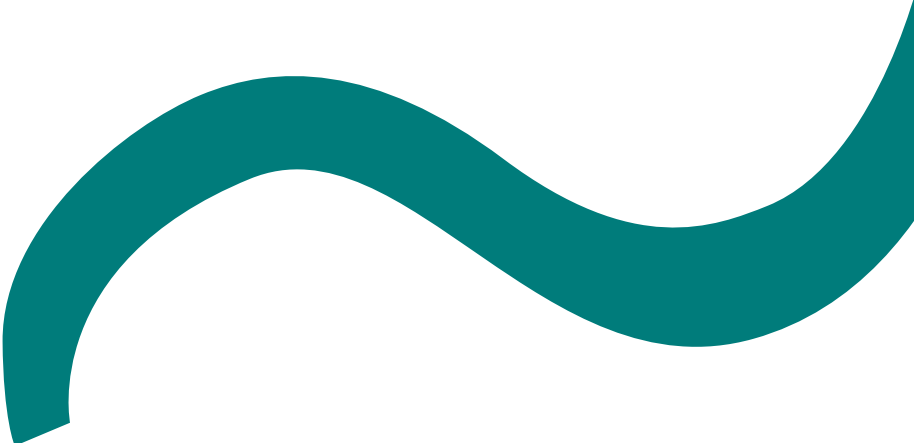


MÄRZ 2025

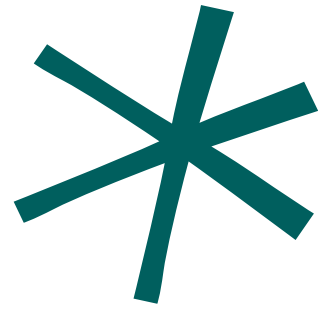
0202 2590 59 0

presse@nummergegenkummer.de
www.nummergegenkummer.de

INHALTSVERZEICHNIS

- 03** WIR HÖREN ZU – GESTERN, HEUTE UND AUCH MORGEN
 - 08** UNSER JAHR IN ZAHLEN
 - 11** BERATUNG BEI „NUMMER GEGEN KUMMER“
 - 21** UNSERE MITGLIEDER
 - 26** QUALITÄTSSICHERUNG
 - 30** ÖFFENTLICHKEITSARBEIT
 - 35** KOOPERATIONSPROJEKTE
 - 39** MITGLIEDSCHAFTEN
 - 42** FINANZEN
- 

WIR HÖREN ZU – GESTERN, HEUTE UND AUCH MORGEN



Nummer gegen Kummer e.V. wurde 1980 gegründet und ist seit 1994 ein eingetragener gemeinnütziger Verein mit Sitz in Wuppertal. Unser Ziel ist es, das emotionale und psychosoziale Wohlbefinden von Kindern, Jugendlichen und Eltern sowie anderen Bezugspersonen in Deutschland zu fördern und sie in ihrer persönlichen Entwicklung zu unterstützen, indem wir für sie da sind und ihnen als Ansprechpersonen zur Seite stehen. Mit unseren anonymen und kostenlosen Beratungsangeboten unterstützen wir Kinder, Jugendliche, Eltern und andere Bezugspersonen ressourcenorientiert in ihrer individuellen Lebenssituation und bieten ihnen Entlastung.



Auch 2024 war für viele Kinder, Jugendliche und Familien in Deutschland ein Jahr voller Herausforderungen. Die gesellschaftlichen und weltpolitischen Bedingungen beeinflussen die Lebenswelten von Familien. Junge Menschen spüren diese Entwicklungen besonders intensiv – sie suchen Halt, Orientierung und vor allem jemanden, der ihre Sorgen ernst nimmt, ihnen zuhört. Eltern und Erziehende fühlen sich oft überfordert, erschöpft und auf sich allein gestellt.

In einer Welt, die immer komplexer und schneller wird, braucht es sichere Räume für persönliche Anliegen, für Sorgen, für Ängste – aber auch für Mut, Hoffnung und neue Perspektiven. Genau das bietet „Nummer gegen Kummer“ seit über 40 Jahren: Ein niedrigschwelliges und vertrauliches Beratungsangebot für Kinder, Jugendliche und seit 2001 auch für Eltern und andere Erziehende.

Unsere Stärke ist das Zuhören, unser Angebot der Dialog – zu allem, was Familien bewegt. Über das Kinder- und Jugendtelefon, das Elterntelefon, unsere Online-Beratung, die Helpline Ukraine und das Projekt „Jugendliche beraten Jugendliche“ geben wir Ratsuchenden einen geschützten Raum, in dem sie sich mitteilen und neue Handlungsmöglichkeiten entwickeln können. Dabei setzen wir auf Empathie, Fachlichkeit und echte menschliche Begegnung – anonym, kostenlos und deutschlandweit.



Ich hatte ein sehr angenehmes und hilfreiches Gespräch, bei dem ich das Gefühl hatte, dass die Person mir gegenüber über meine Situation nachdenkt, mir Verständnis entgegenbringt und mir Mut macht. Mir war nicht klar, welchen großen Unterschied es machen kann mit einer fremden Person über bestimmte Themen zu sprechen und ich bin sehr dankbar für die Menschen hinter diesem Angebot."

Zitat einer Ratsuchenden am Kinder- und Jugendtelefon

Die Themen, mit denen sich junge Ratsuchende besonders häufig an uns wenden, spiegeln den Zustand unserer Gesellschaft: Psychische Belastungen, familiäre Konflikte, Einsamkeit, selbstverletzendes Verhalten. Und auch Eltern suchen immer häufiger Rat – zu Überforderung, Beziehungskonflikten oder Hilflosigkeit im Alltag. Im Jahr 2024 konnten wir in rund 118.000 intensiven Beratungen unterstützen – ein eindrucksvoller Beleg für die Relevanz und Notwendigkeit unserer Arbeit.

In all den Jahren haben unsere Beratenden über 5,3 Millionen Gespräche mit Ratsuchenden geführt. Damit verfügt „Nummer gegen Kummer“ über das bundesweit größte ehrenamtlich getragene und verbandsübergreifende Beratungsnetz für Heranwachsende und Eltern in Deutschland. Diese beeindruckende Struktur basiert auf einer starken zivilgesellschaftlichen Grundlage: Über 3.900 speziell ausgebildete ehrenamtliche Berater*innen engagieren sich bundesweit in ihrer Freizeit – mit Einfühlungsvermögen, fachlicher Kompetenz und großem persönlichem Einsatz. „Nummer gegen Kummer“ – das sind nicht „nur“ Beratungsangebote. Unser Netzwerk steht ebenso für Menschlichkeit, Solidarität und Hoffnung. Wir sind bereit, auch in Zukunft für alle da zu sein, die uns brauchen – jemanden, der zuhört.



Die Beratung hat mir sehr geholfen. Ich habe mich verstanden gefühlt und kompetenten Rat erhalten. Ich konnte in Ruhe über alles sprechen, was wichtig war. Vielen Dank!

Zitat einer Ratsuchenden am Elterntelefon

Unser großer DANK gilt allen, die sich für „Nummer gegen Kummer“ einsetzen: Den vielen tausend ehrenamtlichen Beratern und Beraterinnen, unseren Mitgliedsvereinen, aber auch allen, die mit uns kooperieren, uns fördern und uns seit vielen Jahren begleiten und unterstützen – hervorzuheben sind hier das Bundesfamilienministerium, die Deutsche Telekom, das Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit, die Stiftung DKJE, die Software AG Stiftung und viele weitere. Optimistisch, zuversichtlich, motiviert und voller Tatendrang starten wir somit in das neue Jahr 2025.

NEUE GESCHÄFTSFÜHRUNG

Seit dem 1. Januar 2024 ist Anna Zacharias neue Geschäftsführerin von Nummer gegen Kummer e.V. Sie folgt auf Rainer Schütz, der zum Jahresende 2023 nach langjähriger Tätigkeiten in den Ruhestand getreten ist. Anna Zacharias ist bereits seit 2008 für die „Nummer gegen Kummer“ aktiv und hat seither in verschiedenen Positionen innerhalb des Vereins gearbeitet. Zuletzt verantwortete sie die bundesweite Öffentlichkeitsarbeit sowie das Online-Beratungsangebot und war Mitglied des dreiköpfigen Leitungsteams.



Anna Zacharias



„Nummer gegen Kummer“ steht seit vielen Jahren für Verlässlichkeit und Qualität in der Beratung. Es ist mir wichtig, Bewährtes zu erhalten und gleichzeitig gemeinsam mit dem Team neue Impulse zu setzen – immer mit dem Blick auf die Bedürfnisse der Kinder, Jugendlichen und Eltern, die sich an uns wenden. Ich freue mich auf die neue Aufgabe!

Anna Zacharias



Heidi Schütz

Die stellvertretende Geschäftsführung hat Heidi Schütz übernommen. Sie ist bereits seit 1996 für den Verein tätig, davon über 15 Jahre im Leitungsteam. Neben den telefonischen Beratungsangeboten verantwortet sie die bundesweite Statistik sowie den Bereich Finanzen.

Gemeinsam mit dem Vorstand führen Anna Zacharias und Heidi Schütz die Geschäfte des bundesweit tätigen Vereins und leiten ein Team von rund 30 hauptamtlichen Fachkräften in Wuppertal.

UNSER VORSTAND

Nummer gegen Kummer e.V. wird von einem ehrenamtlichen Vorstandsteam geleitet, das von den Mitgliedern alle drei Jahre neu gewählt wird. Der Vorstand verantwortet die Arbeit von Nummer gegen Kummer e.V. gemäß dem Vereinszweck und den Beschlüssen der Mitgliederversammlung. Darüber hinaus unterstützt er die Geschäftsstelle u.a. bei wichtigen Verbandsangelegenheiten und in strukturellen Prozessen.



GISELA WETZEL-WILLERT

Vorsitzende | Vorstandsmitglied seit 2011



ANSGAR SPORKMANN

Stellvertretender Vorsitzender | Vorstandsmitglied seit 2014



KERSTIN HOLZMANN

Stellvertretende Vorsitzende | Vorstandsmitglied seit 2021



JOERG MEISTER

Schatzmeister | Vorstandsmitglied seit 2024



DIRK RANNENBERG

Schriftführer | Vorstandsmitglied seit 2024

DANK AN ALLE, DIE UNS FÖRDERN

Die „Nummer gegen Kummer“ ist dank der engagierten Unterstützung zahlreicher Förderer das, was sie heute ist: Eine verlässliche Anlaufstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern in schwierigen Zeiten. Ob durch finanzielle Förderung, technologische Infrastruktur oder ideelle Unterstützung – jede Hilfe trägt dazu bei, dass ratsuchende Familien mit ihren persönlichen Themen nicht allein bleiben.

Wenn Sie die Arbeit von Nummer gegen Kummer e.V. unterstützen möchten, freuen wir uns über eine einmalige oder regelmäßige Spende.

Die hohe Zahl an Anfragen im vergangenen Jahr hat erneut gezeigt, wie wichtig niedrigschwellige Beratungsangebote sind. Umso wertvoller ist die langjährige, kontinuierliche Unterstützung durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, sowie die der Deutschen Telekom. Auch die Europäische Union und die Stiftung Deutsche Kinder-, Jugend- und Elterntelefone leisten einen essenziellen Beitrag dazu, dass unser Angebot erhalten bleibt und weiter wachsen kann. Mit der Unterstützung unserer Förderer werden wir auch in Zukunft neue Wege gehen, um Kinder, Jugendliche und auch Eltern genau dort zu erreichen, wo sie uns brauchen – sei es am Telefon, per Mail oder im Chat. Unser Ziel bleibt es, niemanden allein zu lassen. Gemeinsam mit unseren Partnern möchten wir auch in den kommenden Jahren sicherstellen, dass jedes Kind, jeder Jugendliche und jede Familie die Hilfe bekommt, die sie braucht. Denn kein Hilferuf darf ungehört bleiben!



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



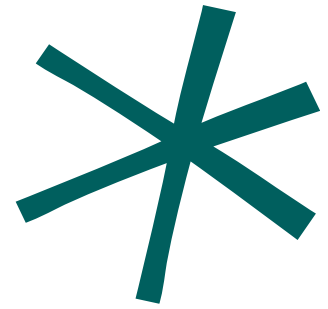
Stiftung Deutsche Kinder-,
Jugend- und Elterntelefone



Kofinanziert von der
Europäischen Union



Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit



UNSER JAHR IN ZAHLEN

87 Mitglieder von „Nummer gegen Kummer“, 6 Beratungsangebote und viele verschiedene Fortbildungs- und fachliche Austauschmöglichkeiten – auf der nächsten Seite haben wir eine Übersicht über die Zahlen des Jahres 2024 erstellt.



UNSERE MITGLIEDER & STANDORTE

Mitglieder

87

Standorte

Kinder- und Jugendtelefon

77

**Jugendliche beraten
Jugendliche am Kinder- und
Jugendtelefon**

22

Online-Beratung

37

Elterntelefon

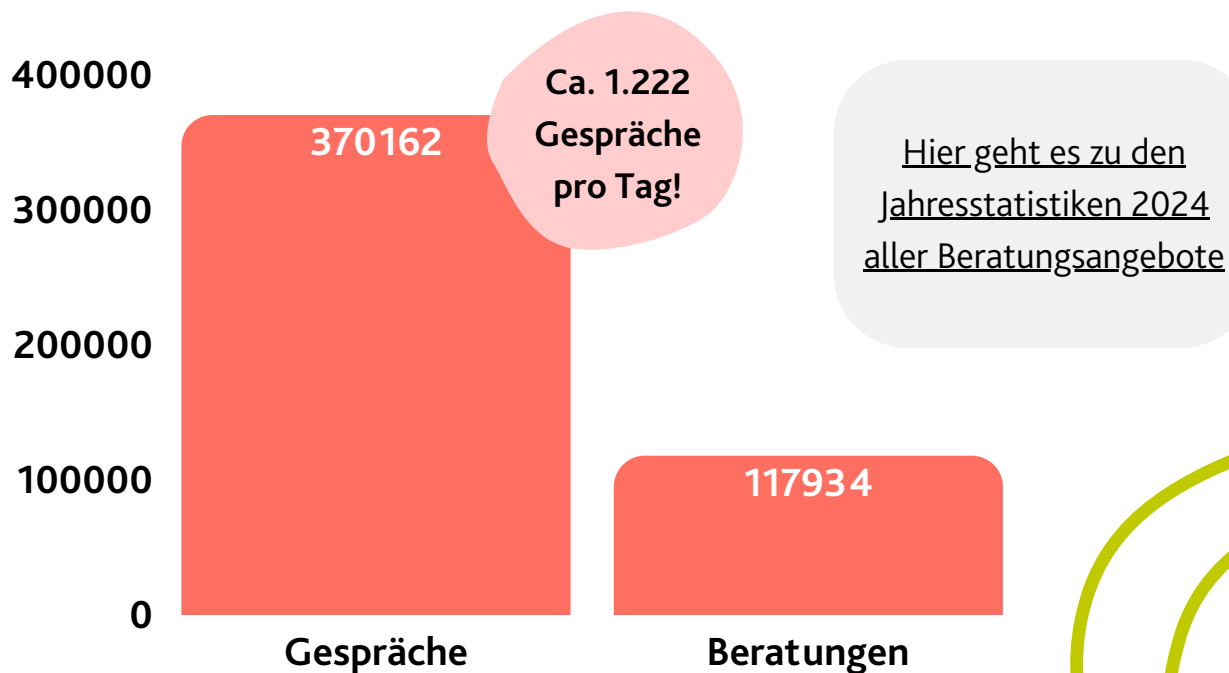
40

Helpline Ukraine

1

**3.992
Berater*innen
deutschland-
weit**

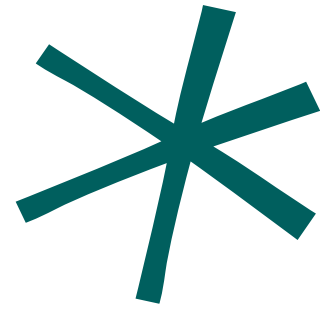
RUND UM DIE BERATUNG



BUNDESWEITE FORTBILDUNGEN UND FACHTAGUNGEN

FORTBILDUNGEN	ONLINE-SEMINARE	E-LEARNING
158 Teilnehmer*innen	336 Teilnehmer*innen	75 Teilnehmer*innen
ARBEITSTAGUNGEN	FACHAUSTAUSCH ONLINE	
81 Teilnehmer*innen	30 Teilnehmer*innen	

BERATUNG BEI „NUMMER GEGEN KUMMER“



An unseren Beratungsangeboten erhalten Kinder, Jugendliche, Eltern und andere Bezugspersonen kostenlose, anonyme und vertrauliche Beratung. Zu unserem Beratungskanon gehören das Kinder- und Jugendtelefon, an dem Mitte der 90er-Jahre das Projekt „Jugendliche beraten Jugendliche“ als so genanntes Peer-Counselling-Projekt initiiert wurde - eine Online-Beratung, die junge Ratsuchende mit einer Mail- und einer Chat-Beratung im digitalen Raum abholt – ein Elterntelefon im Sinne eines ganzheitlichen Ansatzes, an dem seit 2001 ratsuchende Eltern, Erziehende sowie insgesamt an der Erziehung beteiligte Personen beraten werden – und seit Juli 2022 die Helpline Ukraine, für Familien, die aus der Ukraine nach Deutschland gekommen sind.

Die ausführlichen Statistiken zu allen Beratungsangeboten veröffentlichen wir unter www.nummergegenkummer.de.



DAS KINDER- UND JUGENDTELEFON

Am Kinder- und Jugendtelefon haben Ratsuchende die Möglichkeit, niederschwellig und spontan von ihren Sorgen zu erzählen, oder auch Fragen zu klären. Der Austausch in der Beratung ist persönlich und beide Seiten können direkt nachfragen, wenn etwas unklar ist. Ein Gespräch kann Raum schaffen für Gefühle, aber auch neue Perspektiven aufzeigen und nicht wahrgenommene Ressourcen stärken.



77 Standorte bundesweit,
davon 22 mit Jugendteams

Beratungszeiten:
Montags bis samstags 14 bis
20 Uhr. Samstags beraten
Jugendberater*innen

Berater*innen:
2.518, davon 465 Jugendliche

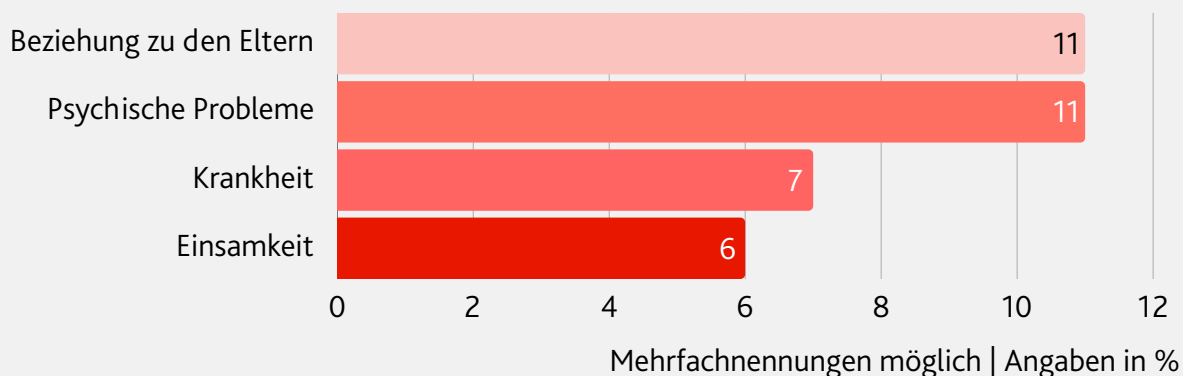


82.963 BERATUNGEN IN 2024 AM KINDER- UND JUGENDTELEFON

Die meisten Gespräche am KJT drehten sich 2024 um die Themen Beziehung zu den Eltern, psychische Probleme, Krankheit und Einsamkeit.



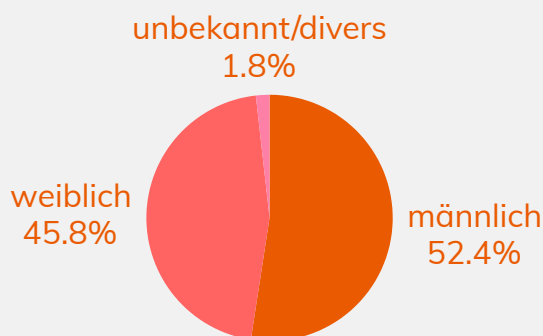
DIE HÄUFIGSTEN BERATUNGSTHEMEN 2024



Ziel jeder Beratung ist der Aufbau einer guten, vertrauensvollen Beziehung zwischen der ratsuchenden Person und dem*der Berater*in. Darüber können Entwicklungsprozesse angestoßen werden, zum Beispiel um an der eigenen Situation etwas zu verändern.

47% der Ratsuchenden wünschten sich Anregungen zur Bewältigung ihres Problems und bei 41% stand die emotionale Entlastung im Vordergrund.

GESCHLECHTERVERTEILUNG AM KINDER- UND JUGENDTELEFON



Die Geschlechterverteilung zeigt, dass wir mit dem Kinder- und Jugendtelefon die häufig schwer zu erreichende Zielgruppe der **jungen Männer** abholen. Der Altersschwerpunkt bei den anrufenden Mädchen und Jungen liegt zwischen **12 und 17 Jahren**. Fast 10% der Ratsuchende am Kinder- und Jugendtelefon sind 10 Jahre und jünger.

30 JAHRE "JUGENDLICHE BERATEN JUGENDLICHE"



Seit drei Jahrzehnten bieten wir mit dem Angebot „Jugendliche beraten Jugendliche“ 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. Und das nun schon seit dreißig Jahren.

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 2024 haben die 465 Berater*innen über 4.925 Beratungen durchgeführt. 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 mit ihren Lebensrealitäten und aktuellen Herausforderungen häufig sehr vertraut sind. Ob schulische Probleme, Stress mit den Eltern, Freundschaftskonflikte oder erste Liebeskummer-Erfahrungen – die jungen Berater*innen stehen mit Einfühlungsvermögen und Verständnis zur Seite.

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.

„Ich lerne am Telefon so viele verschiedene Menschen und ihre Geschichte kennen. Sie zeigen mir Seiten, die nicht jeder 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.

DIE ONLINE-BERATUNG

Wer nicht sprechen kann oder will, schreibt uns! Über unsere Online-Beratung können sich junge Menschen per Mail oder im Chat beraten lassen. Die Mail-Beratung ermöglicht, dass Ratsuchende ihre Gedanken sortieren und sich beim Verfassen ihrer Nachricht Zeit lassen können. Manchmal entsteht schon durch das Aufschreiben ein besseres Gefühl. Das Schreiben im Chat ähnelt dem Schreiben über andere Messenger. Der Austausch mit unseren Berater*innen ist direkt und persönlich.



37 Standorte bundesweit

Beratungszeiten:
Mail-Beratung 24/7
Chat-Beratung montags bis
donnerstags von 14 bis 18 Uhr*

Berater*innen:
143



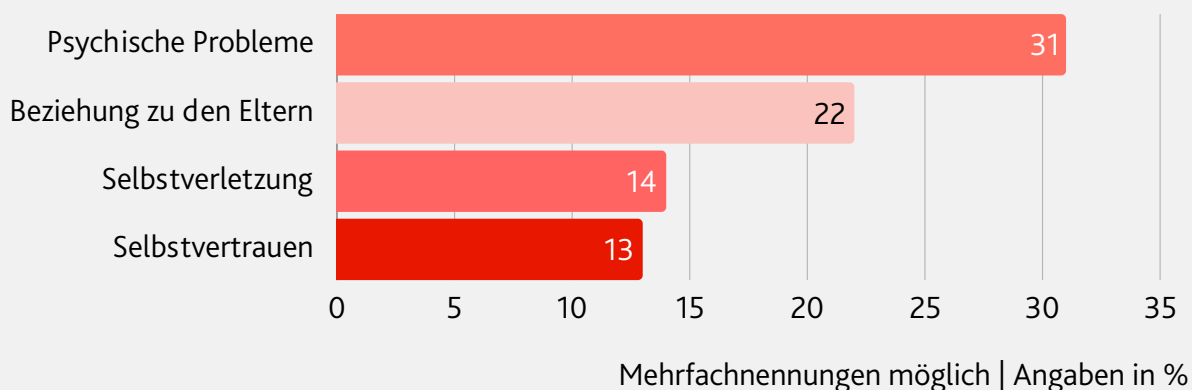
*Seit dem 1. Januar 2025 ist der Chat montags bis donnerstags bis 20 Uhr geöffnet.

13.631 BERATUNGEN IN 2024 ONLINE

Thematisch ging es in der Mail- und Chat-Beratung im vergangenen Jahr insbesondere um psychische Probleme, die Beziehung zu den Eltern, selbst-verletzendes Verhalten und Selbstvertrauen.

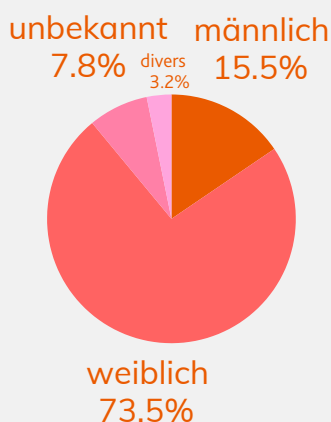


DIE HÄUFIGSTEN BERATUNGSTHEMEN 2024



64% der Ratsuchenden kontaktieren die Online-Beratung aufgrund einer akuten Krise. Dabei melden sich in der Mail- und Chat-Beratung weitaus mehr Mädchen als Jungen. Aufgrund der hohen Nachfrage arbeiten wir daran, die Chat-Beratung weiter auszubauen.

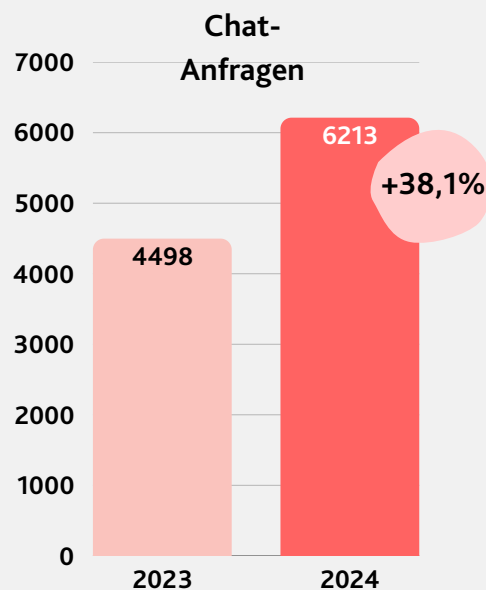
GESCHLECHTERVERTEILUNG IN DER ONLINE-BERATUNG



Der Altersschwerpunkt bei den ratsuchenden Jugendlichen lag in der Online-Beratung zwischen **13 und 18 Jahren**. In der Online-Beratung sind Ratsuchende tendenziell etwas älter als am Kinder- und Jugendtelefon.

AUSBAU DER CHAT-BERATUNG

Die Nachfrage nach anonymer und vertraulicher Beratung per Chat ist nach wie vor hoch. Im Jahr 2024 wurden insgesamt 6.213 Anfragen im Chat von Kinder und Jugendlichen gestellt. Das entspricht einer Zunahme von 38,1 % gegenüber dem Vorjahr. Um der anhaltend hohen Nachfrage gerecht zu werden, bauen wir die Chat-Beratung kontinuierlich aus. Im letzten Jahr standen strukturelle Veränderungen, die Modifizierung unseres Beratungstools hinsichtlich Nutzerfreundlichkeit, die Qualifikation von ehrenamtlichen Berater*innen auf Basis einer neuen Ausbildungskonzeption sowie die Erweiterung der Beratungszeiten von 16 auf 24 Stunden im Fokus. Die Chat-Beratung ist seit 01.01.2025 montags bis donnerstags von 14 bis 20 Uhr erreichbar.



VERTRAULICH UND SICHER!

Außer den Ratsuchenden selbst soll niemand Zugriff auf die privaten Daten, Mail- oder Chatverläufe haben. Daher findet unsere Online-Beratung ausschließlich über eine datensichere Plattform statt, die wir extra zu diesem Zweck entwickelt haben. Ratsuchende können sich mit Nickname und Passwort, ohne Angaben weiterer Daten, ein Nutzungskonto erstellen. Unser Webchat bietet eine vertraute und intuitive Bedienoberfläche, die sich am Design gängiger Chatsysteme orientiert. So ermöglichen wir eine anonyme, sichere und niedrigschwellige Beratung in Echtzeit. Damit dies gelingt, begleitet uns von Beginn an 1000°DIGITAL.

Exemplarischer Chat-Verlauf



Die Zusammenarbeit mit „Nummer gegen Kummer“ ist für uns nicht nur professionell, sondern auch menschlich angenehm: stets offen, ehrlich und von gegenseitigem Vertrauen geprägt. Anfragen werden konstruktiv und lösungsorientiert besprochen, neue Ideen gemeinsam entwickelt. Besonders wichtig ist uns dabei die Datensicherheit – wir sorgen dafür, dass alle Prozesse den höchsten Sicherheitsstandards entsprechen und sensible Informationen jederzeit geschützt sind.

Thilo Machill, Senior-Projektleiter 1000°DIGITAL

DAS ELTERNTELEFON

Im Sinne eines ganzheitlichen Ansatzes berät das Elterntelefon Eltern, aber auch andere Bezugspersonen von Kindern, wie Großeltern oder Lehrkräfte, um sie in ihrer Erziehungsarbeit zu unterstützen und in Konfliktsituationen Hilfestellung zu geben. Eine einfühlsame und vertrauliche Erstberatung senkt dabei die Hemmschwelle zum Aufsuchen weiterer Beratungsangebote und hilft, rechtzeitig die Weichen für eine positive Weiterentwicklung der Heranwachsenden zu stellen.



40 Standorte bundesweit

Beratungszeiten:
Montags bis freitags 9 Uhr bis 17 Uhr sowie dienstags und donnerstags bis 19 Uhr

Berater*innen:
979

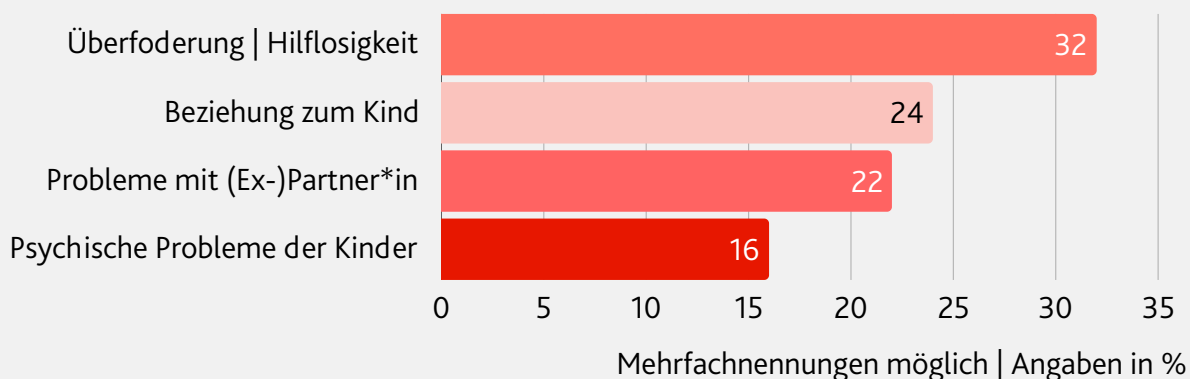


20.278 BERATUNGEN AM ELTERNTELEFON IN 2024

Ratsuchende Eltern meldeten sich aufgrund von Überforderung oder Hilflosigkeit, der Beziehung zum Kind, Problemen mit (Ex-)Partner*innen und psychischen Probleme der Kinder.

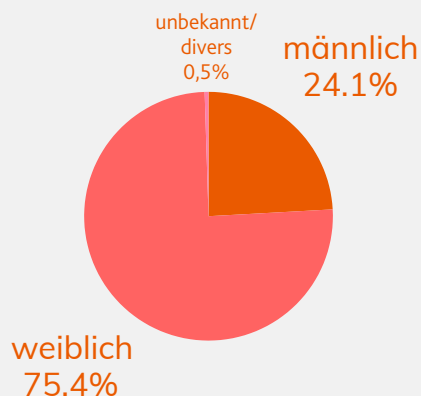


DIE HÄUFIGSTEN BERATUNGSTHEMEN 2024



Fast 50% aller ratsuchenden Erwachsenen haben sich 2024 erstmalig an das Elterntelefon gewandt. Viele Eltern rufen an, um über ihre aktuellen und akuten Belastungen in Krisensituationen zu sprechen, aber auch um präventiv Konfliktsituationen angemessen begegnen zu können. Dabei geht es vorrangig um Kinder im Alter von 0-15 Jahren. 55% der Ratsuchenden wünschten sich Anregungen zur Bewältigung ihres Problems und bei weiteren 34% stand die emotionale Entlastung im Vordergrund.

GESCHLECHTERVERTEILUNG AM ELTERNTELEFON



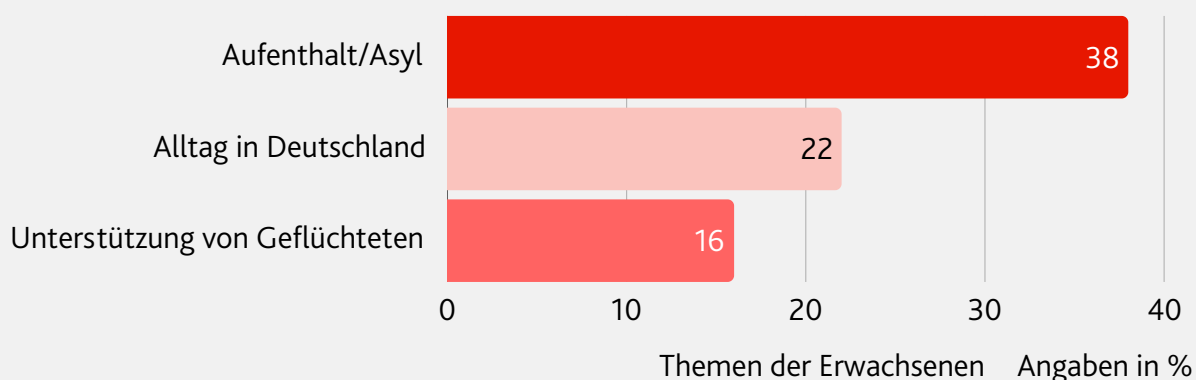
Der Altersschwerpunkt bei den anrufenden Erwachsenen liegt zwischen 30 und 49 Jahren.

HELPLINE UKRAINE

Um den vielen aus der Ukraine geflüchteten Familien in Deutschland zu helfen, gibt es seit drei Jahren die Helpline Ukraine der „Nummer gegen Kummer“. Montags bis freitags von 14 Uhr bis 17 Uhr sind die Leitungen für Beratung auf Ukrainisch, Russisch, Deutsch oder Englisch geöffnet. Im Gegensatz zu allen anderen Angeboten von NgK, beraten an der Helpline hauptamtliche Fachkräfte. Im Jahr 2024 führten diese 1.062 intensive Beratungen.

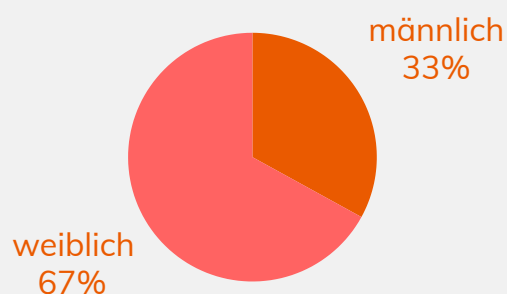


DIE HÄUFIGSTEN BERATUNGSTHEMEN 2024

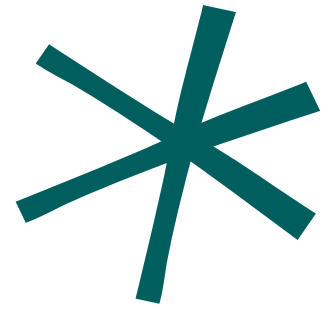


Rund 25% der Ratsuchenden möchten sich emotional entlasten, 60% wünschen gezielte Informationen. Auch Kinder und Jugendliche unter 24 Jahren wenden sich an die Helpline. Sie beschäftigt hauptsächlich ihre Wohn- und Lebenssituation.

GESCHLECHTERVERTEILUNG AN DER HELPLINE UKRAINE



An die Helpline wenden sich Personen aller Altersgruppen. Im Schwerpunkt sind es Erwachsene zwischen 30 und 49 Jahren.



UNSERE MITGLIEDER

Unsere Mitglieder sind lokale Vereine, die einen Standort eines oder mehrerer Beratungsangebote unterhalten. Die meisten davon sind Orts- oder Kreisverbände des Kinderschutzbundes, aber auch Vereine, die extra zu diesem Zweck gegründet wurden oder weitere örtliche Träger der Freien Jugendhilfe. Die Standorte sind zuständig für die Ausbildung neuer Berater*innen, sie sichern die Beratung zu den verbindlich festgelegten Zeiten, stellen die Teilnahme der Berater*innen an der örtlichen Supervision und regelmäßigen Fortbildungen sicher, übernehmen die regionale Pressearbeit und geben den Ehrenamtlichen die Möglichkeit, mit einem Team vor Ort in Kontakt zu sein.

In diesem Jahr stellen wir zwei Mitglieder ausführlicher vor.



DER STANDORT POTSDAM

NGK-ANGEBOTE

- Kinder- und Jugendtelefon seit 1999
- „Jugendliche beraten Jugendliche“ seit 2009
- Online-Beratung

Team: 50 ehrenamtliche Mitarbeiter*innen,
davon 15 Jugendliche

„Wenn ich die Eingangstür
zum KJT öffne, dann ändert
sich meine Welt – das möchte
ich nicht missen.“

WAS TREIBT UNS BERATER*INNEN VOR ORT AN?

Die Arbeit am Telefon, im Chat oder in der Mailberatung bedeutet, jungen Menschen eine Stimme zu geben, ihnen zuzuhören und sie zu unterstützen. Dabei profitieren wir selbst – durch neue Perspektiven, persönliche Weiterentwicklung und das Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun.

- Das Wissen, dass es wichtig ist zuzuhören & zu helfen
- Dass wir selbst daran wachsen
- Dass wir Teil einer wertschätzenden Gemeinschaft sind
- Die Erkenntnis, dass jede Beratung bereichernd ist

„Ich gehe so oft beseelt aus
dem Dienst, weil ich
Begegnungen hatte, die mich
bereichern.“



WAS MACHT UNSEREN STANDORT BESONDERS?

- Liebevolle und fürsorgliche Betreuung der Beratenden
- Gemütlicher und geschützter Raum zum Telefonieren
- Snacks, Eis im Sommer und kleine Aufmerksamkeit für alle
- Tür- und Angelgespräche, die Wärme und Vertrauen schenken
- Ein wohlwollendes, offenes und herzliches Miteinander

Der Standort Potsdam bietet nicht nur funktionale Räumlichkeiten, sondern auch eine Atmosphäre, die zum Wohlfühlen einlädt. Die zentrale Lage ermöglicht eine gute Erreichbarkeit, die liebevolle Betreuung durch die Koordinatorin schafft ein unterstützendes Umfeld.

WAS STÄRKT UNSEREN TEAMGEIST?

Ein starkes Team ist das Herzstück unseres Standorts. Der regelmäßige Austausch, gemeinsame Veranstaltungen und ein offenes Ohr füreinander fördern ein starkes Gemeinschaftsgefühl. Supervisionen und Fortbildungen bieten Raum zur Reflexion und Weiterentwicklung.

- Monatliche Supervisionen & Fortbildungen
- Sommerfest & Neujahrsbrunch
- Mentoring für Neue & Jubilargeschenke
- Kollegiale Hospitationen & Dankesgesten

„Die Bestärkung in den Supervisionsrunden und die kleinen Nachrichten, die man sich hinterlässt, sind unbezahlbar.“

„Ich bin immer wieder beeindruckt, wie unser Team von den Erfahrungen aller Altersgruppen zehrt.“

HIGHLIGHT DES JAHRES 2024

Ein besonderes Ereignis war unsere Jubiläumsfeier, bei der wir 25 Jahre KJT und 15 Jahre „Jugendliche beraten Jugendliche“ am Standort gefeiert haben. Diese Veranstaltung zeigte eindrucksvoll den Zusammenhalt im Team und die Bedeutung des Ehrenamts.



WOFÜR SIND WIR DANKBAR?

Unsere Arbeit wäre ohne die wertvolle Unterstützung innerhalb des Teams nicht möglich. Wir sind dankbar für die Leitung, die uns trägt, die Reflexionsmöglichkeiten, die uns weiterbringen, und die kleinen Gesten, die den Alltag verschönern.

„Für mich bedeutet jeder Dienst, in eine Welt einzutauchen, die mir viel gibt.“

- Wertschätzende Leitung & Teamzusammenhalt
- Bereichernde Supervision & Reflexion
- Die Möglichkeit, Teil dieser besonderen Gemeinschaft zu sein

DER STANDORT MAINZ

NGK-ANGEBOTE

- Elterntelefon

Team: 15 ehrenamtliche Mitarbeiter*innen

KINDERSCHUTZ-
BUND OV UND KV
MAINZ E.V.



„Das Beratungsteam hat 2024 erneut zahlreiche Gespräche geführt – das verdanken wir dem großartigen Einsatz aller!“

WAS TREIBT UNS BERATER*INNEN VOR ORT AN?

Die Arbeit am Elterntelefon ist bereichernd und vielfältig. Sie eröffnet neue Perspektiven und fördert ein tiefes Verständnis für die Sorgen und Herausforderungen von Eltern.

- Wir sind ein starkes Team
- Es gibt ein gutes Gefühl, anderen zu helfen
- Jede Beratung ist anders und lehrreich
- Wir stärken uns gegenseitig und entwickeln uns weiter

WAS MACHT UNSEREN STANDORT BESONDERS?

- Hohes Engagement und Flexibilität der Ehrenamtlichen
- Angenehme Rahmenbedingungen & gute Atmosphäre
- Eingebunden in das Netzwerk des Kinderschutzbundes Mainz

Unser Beratungsteam zeichnet sich durch ein hohes Engagement und eine große Flexibilität aus. Die hohe Anzahl an Beratungsgesprächen ist das Ergebnis eines starken Zusammenhalts und der Bereitschaft, sich gegenseitig zu unterstützen.

„Ich bin gerne Koordinatorin, weil ich ein tolles Team habe und eine angenehme Atmosphäre fördern kann.“

„Das Teamgefühl und die Vielfalt der Persönlichkeiten bereichern meine Arbeit ungemein.“

ERFAHRUNGEN DER BERATER*INNEN

Unsere Ehrenamtlichen erleben die Arbeit am Elterntelefon sehr unterschiedlich – ob als Neuling oder mit jahrzehntelanger Erfahrung. Doch es gibt auch viele Gemeinsamkeiten.

Die dienstälteste Beraterin:

„Viele Themen am Telefon wiederholen sich, doch sie verändern sich in ihrer Tiefe und Perspektive. Neue Themen fordern uns heraus, doch die Supervision hilft beim Einordnen.“

Die dienstjüngste Beraterin:

„Anfangs war ich oft nervös, doch mit der Zeit wurde ich souveräner. Ich habe gelernt, dass ich nicht alles wissen muss – Lebenserfahrung und Kreativität sind meine besten Berater.“

„Nach über 20 Jahren beim Elterntelefon erlebe ich meine Arbeit weiterhin als bereichernd, vielschichtig und immer wieder überraschend.“

HIGHLIGHT DES JAHRES 2024

Ein besonderer Moment im vergangenen Jahr war die Verleihung des Ehrenamtspreises der Deutschen Stiftung Kinder-, Jugend- und Elterntelefone – eine wertvolle Anerkennung unserer Arbeit.

WAS STÄRKT UNSEREN TEAMGEIST?

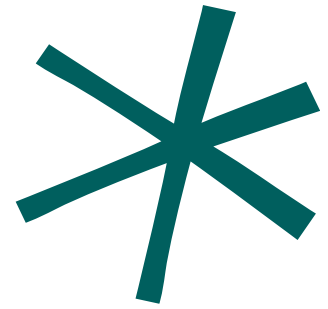
- Gemeinsamer Besuch des Weihnachtsmarkts
- Zwei Teamtage mit Fachthemen
- Ehrenamtstag des Kinderschutzbundes Mainz – 2024 in der Mewa Arena

WOFÜR SIND WIR DANKBAR?

Unser Team ist dankbar für die Möglichkeit, Teil dieses wertvollen Angebots zu sein. Die Unterstützung des Vereins, die Supervisionen und das wertschätzende Miteinander machen unsere Arbeit besonders.

„Dankbar bin ich dafür, dass ich so angenommen werde, wie ich bin – ohne Perfektionsdruck.“

- Eingebunden sein ins Beratungsteam des KSB Mainz
- Regelmäßige Supervision & Fortbildungen
- Anerkennung und unkomplizierte Dienstbesetzung



QUALITÄTS- SICHERUNG

Gemeinsam mit unseren Standorten setzen wir eine Vielzahl an qualitätssichernden Maßnahmen um. Für die Ausbildung neuer Berater*innen erhalten die Standorte von uns Orientierungshilfen und Ausbildungskonzeptionen. In bundesweiten Fortbildungen, Online-Seminaren und über E-Learning-Angebote können Berater*innen ihre Beratungskompetenzen erweitern. Für den Beratungsalltag stehen ihnen Beratungshilfen zur Verfügung, der Standort organisiert regelmäßige Supervisionstermine und weitere Fortbildungsmöglichkeiten. Ein Coaching-Team in unserer Geschäftsstelle ist für Berater*innen und Koordinierende zu allen Beratungsanliegen ansprechbar. Ein hauptamtliches Beratungsteam in der Geschäftsstelle bildet eine wichtige Schnittstelle zwischen der Beratungspraxis und den Aufgaben des Dachverbandes: Die Erfahrungen des Beratungsteams fließen im direkten, interdisziplinären Austausch in die verschiedenen Tätigkeitsbereiche und Projekte des Dachverbandes ein. Bei Arbeitstagen und Austauschtreffen haben Koordinierende und Berater*innen die Möglichkeit, sich über ihren Standort hinweg mit anderen Beratungsteams auszutauschen. Über unsere Lob- und Beschwerdestelle (LuB) erhalten wir Rückmeldungen von Ratsuchenden.



ERSTELLUNG EINES SCHUTZKONZEPTS

Auf Basis der bereits zahlreich vorhandenen Maßnahmen zur Prävention und Intervention bei sexualisierter Gewalt im Kontext von "Nummer gegen Kummer", haben wir ein umfassendes Schutzkonzept erstellt. Mit diesem Schutzkonzept wollen wir dafür sorgen, dass Gewalt und Missbrauch innerhalb unseres Vereins und den Mitgliedsverbänden keinen Platz erhält. Wir möchten nach innen und außen ein sichtbares Zeichen gegen (sexualisierte) Gewalt an Kindern und Jugendlichen setzen und deutlich machen, dass Nummer gegen Kummer e.V. öffentlich für den Schutz der Kinder und Jugendlichen eintritt. Das Schutzkonzept von Nummer gegen Kummer e.V. wurde im Juli 2024 allen Mitgliedern des Vereins zur Verfügung gestellt.

ETABLIERT: UNSERE LOB- & BESCHWERDESTELLE

In unserer Lob- und Beschwerdestelle erreichen uns regelmäßig Nachrichten von Ratsuchenden: Berührende Danksagungen, aber auch kritische Rückmeldungen zu Beratungserfahrungen bei der „Nummer gegen Kummer“. Ratsuchende, die uns etwas zu einem unserer Beratungsangebote mitteilen möchten, können über einen anonymen Feedbackbogen eine Rückmeldung geben oder anrufen. Diese Rückmeldungen sind wichtig und hilfreich bei der Weiterentwicklung unserer Beratungsangebote. Wir freuen uns über jedes Lob und nehmen jede Beschwerde ernst. Jede Nachricht wird zeitnah und individuell beantwortet.

UNSERE BERATUNG WIRD EVALUIERT

Unsere Beratungsangebote werden kontinuierlich von Kindern, Jugendlichen und Eltern genutzt und jedes Gespräch wird statistisch erfasst. Die intensive Nutzung zeigt den Beratungsbedarf und das Vertrauen der Ratsuchenden in unsere Angebote. Um die Qualität unserer Beratung weiter zu überprüfen und zu verbessern, haben wir eine umfassende Evaluation gestartet, die von einem externen Institut durchgeführt und ausgewertet wird. Dabei setzen wir auf einen Methodenmix aus Fokusgruppen und einem Online-Fragebogen, um die Zufriedenheit mit der Beratung zu erfassen. Die Ergebnisse sollen wertvolle Hinweise liefern, um unsere Angebote gezielt weiterzuentwickeln und die Unterstützung für Kinder, Jugendliche und Eltern zu optimieren.

FORTBILDUNGSANGEBOTE FÜR BERATER*INNEN

Rund 500 Berater*innen haben 2024 an den Fortbildungsangeboten von Nummer gegen Kummer e.V. zu Themen wie Safer Internet, Traumata, sexualisierte Gewalt und Mobbing teilgenommen:

FORTBILDUNGEN

158 Berater*innen haben ihre Beratungskompetenzen 2024 in 8 Fortbildungen erweitert.

ONLINE-SEMINARE

An 4 zusätzlichen Online-Seminaren aus den Themenbereichen Safer Internet und pflegende junge Menschen haben 336 Berater*innen teilgenommen.

E-LEARNING

75 Berater*innen haben unsere E-Learning-Angebote zu Safer Internet-Themen genutzt.

Darüber hinaus stellen wir allen Beratenden Hintergrundinformationen, Beratungshilfen und Erklärvideos für die Beratungsarbeit zur Verfügung. Im Jahr 2024 ist ein weiteres Video aus der Reihe „Kurz erklärt!“ mit dem Thema „Grundsätze der Beratung“ entstanden – zur Einführung, als Auffrischung oder um über unterschiedliche Aspekte von Beratung ins Gespräch zu kommen.

AUSBILDER- UND SUPERVISORENTREFFEN

Für alle Fachkräfte, die für unsere Standorte in der Ausbildung und Supervision tätig sind, organisieren wir regelmäßig ein bundesweites Treffen. Neben Informationen über die aktuellen Entwicklungen an den Beratungsangeboten von „Nummer gegen Kummer“ dient die Arbeitstagung besonders dem kollegialen Erfahrungsaustausch zu verschiedenen Themen der Ausbildung und Supervision. In 2024 konnten wir einen externen Referenten zum Thema: „Das Phänomen der Radikalisierung in der Lebenswelt von Kindern, Jugendlichen und Eltern“ gewinnen. 21 Fachkräfte nahmen an dieser interessanten Arbeitstagung teil.

BUNDESWEITE ARBEITSTAGUNGEN

Der fachliche Austausch zwischen den Koordinierenden untereinander, als auch mit uns als Dachverband hat eine wichtige Funktion im Hinblick auf die Qualitätssicherung. Im Jahr 2024 fanden vier solcher Arbeitstagen statt. Zentrale Themen waren die Qualitätssicherung vor Ort, Statistik, Öffentlichkeitsarbeit, Mittelbeschaffung und organisatorischen Aufgaben an den einzelnen Standorten. Auch Entwicklungen und Trends wurden diskutiert, Aufgaben zwischen "Nummer gegen Kummer" und seinen Mitgliedern besprochen und Strategien verabredet.



Teilnehmer*innen der Arbeitstagen

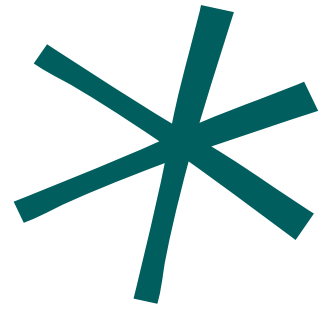
FACHAUSTAUSCH ONLINE FÜR BERATER*INNEN

Auch für Berater*innen an den Angeboten von NgK organisieren wir nach Möglichkeit regelmäßig Veranstaltungen. So fanden in 2024 zum Beispiel vier Online-Austauschtreffen zu unterschiedlichen Themen für die Beraterinnen und Beratern der Online-Beratung statt sowie ein weiteres für unsere Jugendberater*innen aus dem Projekt „Jugendliche beraten Jugendliche“. Hier gab es u.a. die Möglichkeit sich kennenzulernen, auszutauschen und über eigene Erfahrungen, Herausforderungen und Projektideen zu reflektieren.

O-TÖNE

„Es ist ein schönes Gefühl, wenn sich Ratsuchende einem anvertrauen und man gemeinsam nach einer Lösung für ihr Problem sucht.“

Mich motiviert der Spruch:
„Wer anderen eine Blume sät blüht selber auf.“



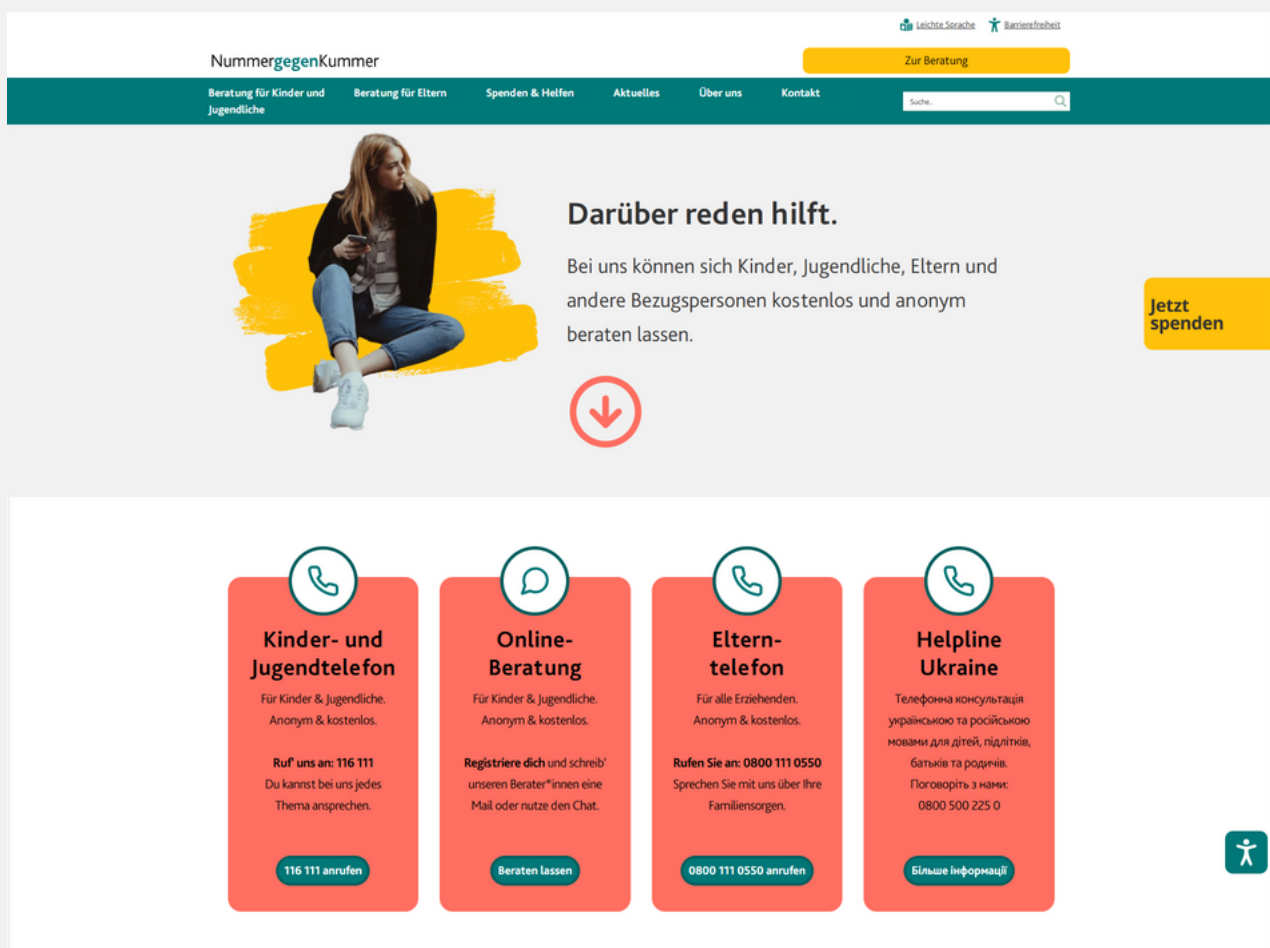
ÖFFENTLICHKEITS- ARBEIT

Über unsere öffentlichkeitswirksamen Maßnahmen machen wir junge Menschen und Eltern in ganz Deutschland auf unsere Beratungsangebote aufmerksam – egal ob in Print-Medien, im TV, online oder auf Social Media. Auch im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit arbeiten wir Hand in Hand mit unseren Standorten: Diese übernehmen die Pressearbeit vor Ort, während wir als Dachverband die bundesweite Öffentlichkeitsarbeit organisieren und verantworten.



RELAUNCH VON NUMMERGEGENKUMMER.DE

Um Ratsuchenden, alle, die uns unterstützen und Interessierten noch besseren Zugang zu allen Informationen und unseren Beratungsangeboten zu ermöglichen, haben wir im Sommer 2024 unsere Website überarbeitet. Die Navigation ist jetzt noch übersichtlicher, sodass Ratsuchende einen einfachen und schnellen Zugang zu unseren Beratungsangeboten – Telefon, Chat oder Mail – erhalten. Das Design ist klar und modern, es soll alle Zielgruppen einladen, sich auf der Website weitergehend zu informieren. Wir bemühen uns, die Website barrierearm zu gestalten, sodass alle die Informationen finden, die sie brauchen. Unter Materialien für die Öffentlichkeitsarbeit | Nummer gegen Kummer stehen weiterhin Logos, QR-Codes und Sharepics zum kostenlosen Download bereit.



Screenshot von der Startseite auf nummergegenkummer.de

UNSERE (INKLUSIVEN) SCHULBOXEN

Wir möchten jungen Menschen vermitteln, dass sie ihre Gefühle ernst nehmen dürfen und dass es okay ist, sich in schwierigen Situationen Unterstützung zu suchen. Mit diesem Gedanken haben wir uns an die Konzeption einer Schulbox gesetzt, die wir mit finanzieller Unterstützung des BMFSFJ anschließend umsetzen konnten. Rund 26.000 unserer Schulboxen haben seitdem ihren Weg in Schulen deutschlandweit gefunden. Ausgestattet sind die Boxen mit einer Handreichung mit zwei Unterrichtskonzeptionen, um mit der Schülerschaft über den Umgang mit Sorgen und Problemen zu sprechen. Zusätzlich liegen jeder Box unterschiedliche Informationsmaterialien zu unseren Beratungsangeboten sowie Give Aways bei.

Über das BMFSFJ können
Schulboxen bestellt werden.

Um unsere Beratungsangebote auch bei jungen Menschen mit Blindheit oder Sehbehinderungen bekannter zu machen, haben wir die Materialien der bestehenden Schulbox weiterentwickelt. Ganz besonders an allen Materialien ist, dass sie sowohl taktil als auch mit visuellen Elementen gestaltet sind. Alle Materialien sind für alle lesbar. Die taktile Gestaltung fügt sich ins visuelle Layout ein, teilweise sind die Braille-Punkte bunt gestaltet, um die Aufmerksamkeit für das Thema Sehbehinderungen zu erhöhen. 2024 konnten wir die Auflage mit finanzieller Unterstützung des BMFSFJ noch einmal um 500 Boxen erhöhen. Insgesamt sind bislang rund 2.400 Schulboxen an Förderschulen und Schulen des Gemeinsamen Lernens angekommen.

UN COUNTRY VISIT

Am 17.10.2024 lud die UN-Sonderberichterstatterin zum Schutz von Kindern vor sexualisierter Gewalt und Ausbeutung, Ms. Mama Fatima Singhateh, im Rahmen ihres Deutschlandbesuchs zum Austausch nach Berlin. Wir haben teilgenommen, um unsere Beratungsangebote als wichtige anonyme und vertrauliche Anlaufstelle für Betroffene von sexualisierter Gewalt vorzustellen.



Gruppenfoto der Teilnehmenden

Nummer gegen Kummer e.V. ist nationale Helpline für Hilfe suchende Kinder und leistet als solche als Kooperationspartner im Verbund Safer Internet und im Projekt „Trau Dich!“ seit Jahren einen aktiven Beitrag zur Aufklärung, Stärkung und Information von Kindern und Jugendlichen im Hinblick auf sexuelle Gewalt.

“NUMMER GEGEN KUMMER” IN DEN MEDIEN

Hier ein Auszug unserer Medienaktivitäten. Anfragen gerne an presse@nummergegenkummer.de.

Im Gespräch mit der Rheinischen Post Mediengruppe erzählen unsere Berater*innen von ihrer Arbeit an der Helpline Ukraine. [Zum Artikel](#).

Auch in der Süddeutschen Zeitung wurde über die Helpline Ukraine berichtet. [Zum Artikel](#).

Anna Zacharias war zu Gast im Gesundheitsmagazin des DeutschlandRadio-Deutschlandfunk "Sprechstunde" und hat über die Rolle von "Nummer gegen Kummer" gesprochen, wenn es um die mentale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen geht. [Zum Beitrag](#).

Die Koordinatorinnen Claudia Reichl und Sabine Golin unseres Standortes Der Kinderschutzbund Leverkusen haben mit der Rheinische Post Mediengruppe über das Projekt "Jugendliche beraten Jugendliche" gesprochen. [Zum Artikel](#).

Im mdr Sachsen Sachsenradio sprach Annekathrin Cornelius anlässlich des Safer Internet Days 2025 über die Rolle von "Nummer gegen Kummer", wenn es um Cybermobbing, Datenklau oder sexualisierte Gewalt im Internet geht. [Zum Beitrag](#).

Anna Zacharias war zu Gast bei WDR 5 in der Sendung "Neugier genügt" und sprach über unsere Arbeit am Kinder- und Jugendtelefon, in der Online-Beratung und am Elterntelefon. [Zum Beitrag](#).

„Viele wollen jetzt bleiben – haben hier einen Job, die Kinder sind in der Schule oder im Kindergarten, das Leben ist geregelt, daheim aber haben sie ihre Häuser und Wohnungen verloren.“

„Wenn man den Hörer abnimmt, weiß man nie, was passiert“.

"Unsere Hilfe ist das vertrauliche Gespräch. Ein Auftrag der Beratung ist das Zulassen: Das Zulassen von Tränen, von Wut zum Beispiel."

VERANSTALTUNGEN

Auch im Jahr 2024 waren wir viel unterwegs, um unsere Angebote bundesweit zu vertreten: Sei es im Rahmen von Kooperationen, von Einladungen zur Vorstellung unserer Angebote oder als Expertinnen für niedrigschwellige Beratung und dem psychosozialen Befinden von Kindern und Jugendlichen. Hier ein Auszug der Veranstaltungen, die wir im Jahr 2024 besucht haben:

April

- Insafe Training Meeting Warschau

Mai

- Kinderschutztage Frankfurt am Main

Juni

- Konferenz "Gemeinsam aus der Einsamkeit" Berlin
- Fachtag Cybermobbing Düsseldorf

September

- Bundeskongress für Kinder- und Jugendarbeit Potsdam
- Fachforum Online-Beratung
- Meta Screen Smart Event Düsseldorf

Oktober

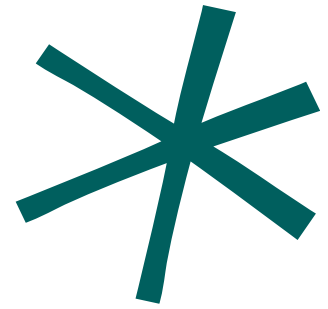
- Regional Meeting CHI Kopenhagen
- Safer Internet Forum (online)
- Vernetzungstreffen juuuport
- Country Visit of the UN Special Rapporteur on the sale, sexual exploitation and sexual abuse of children
- Fachtag Pausentaste

November

- Tag der Begegnung Leipzig
- Dialogforum BZgA & RKI
- Landespräventionstag Leipzig

Januar 2025

- Vortrag im Deutschen Kinderschmerzszentrum, Datteln



KOOPERATIONS- PROJEKTE

Um Ratsuchende noch besser beraten und unterstützen zu können, kooperiert „Nummer gegen Kummer“ zu wichtigen Themen oder auch mit Fokus auf spezifische Zielgruppen im Rahmen von Projekten mit anderen Institutionen, die wir im Folgenden kurz vorstellen.



PROJEKT SAFER INTERNET

Nummer gegen Kummer e.V. bildet gemeinsam mit der Medienkompetenz-Initiative klicksafe und den beiden Meldestellen internet-beschwerdestelle.de und jugendschutz.net das deutsche Safer Internet Centre. Das Projekt wird im Rahmen des „Digital Europe Programm“ der Europäischen Union gefördert.



- Klicksafe stellt wichtige Informationen zu den Möglichkeiten und Gefahren der Internetnutzung bereit.
- Wir unterstützen ratsuchende Kinder, Jugendliche und Eltern am Telefon oder online mit Beratung bei „Web-Sorgen“.
- Die Meldestellen jugendschutz.net und die Internet-beschwerdestelle.de bieten die Möglichkeit, problematische Online-Inhalte – auch anonym – zu melden.

Die Safer Internet-Themen an unseren Beratungsangeboten sind vielfältig, insbesondere ging es in 2024 am Kinder- und Jugendtelefon um „Beziehungen/ Sexualität“, „unerlaubtes Teilen intimer Bilder“ und „Datenschutz/ Privatsphäre“ im Netz. Am Elterntelefon führt „übermäßiger Mediengebrauch“ die Statistik vor „Medienkompetenz/-erziehung“ an.

Seit 2024 sind wir Teil des KidD-Partnernetzwerks

Auf Einladung der neu geschaffenen „Stelle zur Durchsetzung von Kinderrechten in digitalen Diensten“ (KidD) – angesiedelt bei der Bundeszentrale für Kinder- und Jugendmedienschutz (BzKJ) – trafen wir uns im Juli 2024 mit verschiedenen Organisationen, die sich für den Schutz von Kindern und Jugendlichen in digitalen Medien einsetzen. Die KidD-Stelle überprüft insbesondere Plattform-Anbieter auf mögliche Risiken für Minderjährige. Seitdem stehen wir im Rahmen des Netzwerks im Austausch mit relevanten Akteuren zu aktuellen Themen wie dem Digitale-Dienste-Gesetz (DSA) und dem Schutz junger Nutzer*innen im Internet.

Safer Internet Day 2025

Der Safer Internet Day 2025 (11.02.25) stand unter dem Motto „Keine Likes für Lügen! Erkenne Extremismus, Populismus und Deepfakes im Netz“. In einem Webinar beleuchteten wir gemeinsam mit den Kooperationspartnern im Safer Internet Centre die Herausforderungen im Umgang mit populistischen und extremistischen (Deep)Fakes im Netz und beantworteten den teilnehmenden Eltern und Fachkräften Fragen. Zudem bot eine digitale Schulstunde Schulklassen wertvolle Hintergrundinformationen zum Thema.

PROJEKT PAUSENTASTE

Knapp 480.000 Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren übernehmen in Deutschland Verantwortung für pflegebedürftige Familienmitglieder. Das sind ein bis zwei Heranwachsende pro Schulklasse. Auch junge Menschen in Ausbildung und mehr als 350.000 Studierende pflegen regelmäßig kranke Angehörige. Trotz dieser hohen Zahlen erfährt das Thema der Pflegeverantwortung im jungen Alter kaum gesellschaftliche Aufmerksamkeit.

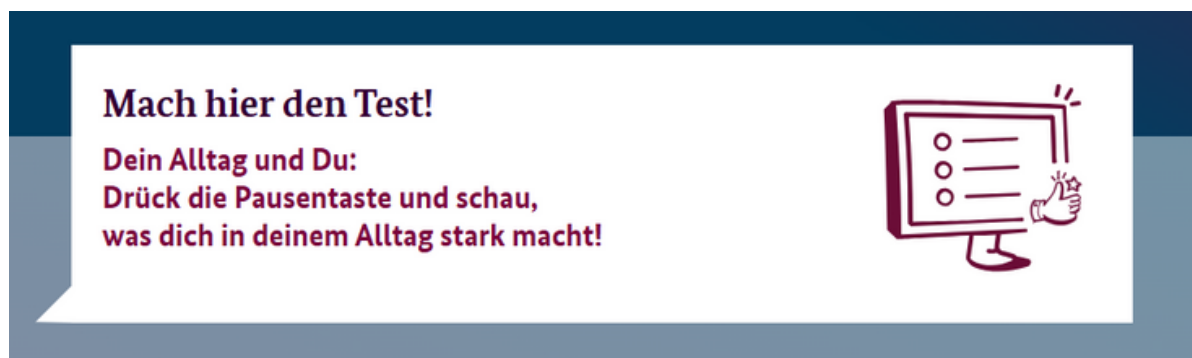


Um junge Pflegende („young carers“) zu unterstützen, initiierte das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) das Angebot der „Pausentaste – Wer anderen hilft, braucht manchmal selber Hilfe“. Dafür engagieren wir uns seit 2018 gemeinsam mit dem BMFSFJ und aktuell rund 140 Netzwerkmitgliedern. Unter anderem machen wir auf die Situation von pflegenden Kindern und Jugendlichen aufmerksam und bieten jungen Pflegenden „ein offenes Ohr“ an unseren bundesweiten Beratungsangeboten an.

Der thematische Schwerpunkt des Projekts lag im Jahr 2024 auf jungen Pflegenden mit Migrations- und Fluchtbiografie. Im Jahr 2025 steht das Einsamkeitserleben von pflegenden Kindern und Jugendlichen im Fokus.

pausentaste.de

Auf der Webseite pausentaste.de finden Betroffene, aber auch Fachkräfte, vielfältige Informationen und spannende Beiträge rund um die Thematik, sowie Links zu Beratungsangeboten und Materialien. Junge Pflegende können hier auch einen von uns entwickelten Selbsteinschätzungstest zur Stärkung der psychischen Gesundheit durchführen - niederschwellig und anonym.



Screenshot der Website pausentaste.de

PROJEKT TRAU DICH!

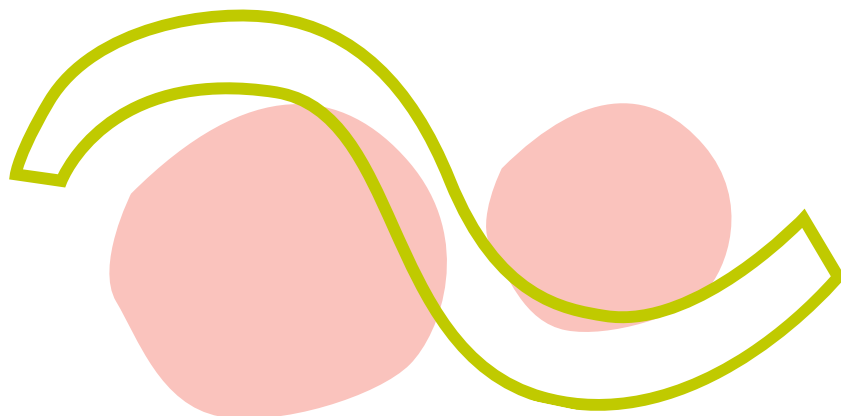
„Nummer gegen Kummer beteiligt sich seit 2013 aktiv an der bundesweiten Initiative Trau dich!“ zur Prävention des sexuellen Kindesmissbrauchs des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) und des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit, (BIÖG, ehemals Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung).

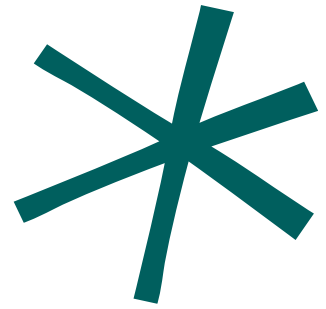


**Bundesweite Initiative zur Prävention
des sexuellen Kindesmissbrauchs**

„Trau Dich!“ ist eine umfangreiche Präventionskampagne für Kinder, Eltern, Lehr- und Fachkräfte und wird insbesondere in Schulen in enger Kooperation mit kommunalen Fachberatungsstellen, Jugendämtern, Kinderschutzbünden und Bildungseinrichtungen durchgeführt. Die Initiative leistet einen bedeutsamen Beitrag für die Sensibilisierung von Kindern, Eltern, Lehr- und Fachkräften zum Thema „Sexualisierte Gewalt“. Die niederschwelliges Beratungsangebot von „Nummer gegen Kummer“ sind seither in die Initiative eingebunden. Über die Jahre ist ein Anstieg der Beratungen zur Thematik „sexualisierte Gewalt“ mit all seinen Facetten an allen Beratungsangeboten zu verzeichnen - so auch im Jahr 2024. Auch hier macht es die Anonymität der Beratungsangebote von NgK den Betroffenen oft leichter, über das Erlebte zu sprechen. Häufig sind unsere Berater*innen die Ersten, denen sich das Kind anvertraut. Sensibel zuhören, Glauben schenken und eine vertrauensvolle Gesprächsbasis schaffen ist an der Stelle die wichtigste Aufgabe der Berater*innen.

Im vergangenen Jahr hat das BIÖG einen neuen thematischen Schwerpunkt gesetzt. Mit dem Projekt "Trau Dich! SCHUTZ" sollen Impulse an Schulen gegeben werden, die Initiative „Trau Dich!“ noch enger mit den präventiven Elementen von Schutzkonzepten zu verknüpfen.





MITGLIEDSCHAFTEN

Nummer gegen Kummer e.V. ist aus dem Kinderschutzbund hervorgegangen. Als Mitglied sind wir dem Kinderschutzbund in seiner Zielsetzung, der Verbesserung der Lebensbedingungen von Kindern und Jugendlichen in Deutschland, eng verbunden. In 2003 wurde die internationale Organisation Child Helpline International (CHI) mit Sitz in Amsterdam gegründet, in der wir seitdem Mitglied sind. CHI setzt sich derzeit intensiv für eine feste Etablierung der Beratungstelefone für Kinder in allen europäischen Mitgliedsstaaten beim Europäischen Parlament und bei der Europäischen Kommission ein. Wir sind außerdem ein fester und langjähriger Bestandteil des Netzwerkes von Insafe.



CHILD HELPLINE INTERNATIONAL

Bei der Regionalkonferenz vom 09.-11. Oktober 2024 im dänischen Kopenhagen sind die europäischen Helplines zu einem intensiven Austausch vielfältiger gemeinsamer Themen zusammengekommen.



Gruppenfoto der Teilnehmer*innen der Regionalkonferenz

Laut des aktuellen Berichts von Child Helpline International (CHI) wandten sich im Jahr 2023 1.197,115 Millionen junge Menschen in Europa an Kinder- und Jugendtelefone, um Unterstützung in schwierigen Lebenslagen zu erhalten. Die häufigsten Anliegen betrafen die psychische Gesundheit, z.B. Suizidgedanken und Essstörungen, sowie Gewalt – insbesondere Mobbing und emotionale Misshandlung – und Probleme in familiären und freundschaftlichen Beziehungen. Diese Zahlen sind eindrucksvoll und alarmierend zugleich und zeigen die Wichtigkeit von Kinder- und Jugendtelefonen als vertrauliche Anlaufstelle bei Sorgen.

Wir waren dabei als Child Helpline International (CHI) im Jahr 2003 als internationales Netzwerk der Kinder- und Jugendtelefone (Helplines) gegründet wurde. Heute sind 150 Beratungsangebote in 130 Ländern unter dem Dach von CHI vernetzt.



DER KINDERSCHUTZBUND

Als Mitglied im Deutschen Kinderschutzbund setzen wir uns für die Rechte und das Wohlergehen von Kindern ein. Ein fester Bestandteil unseres Engagements ist die regelmäßige Teilnahme an den Kinderschutztagen. Darüber hinaus bringen wir unser Fachwissen und unsere Erfahrung in verschiedene Arbeitskreise auf Bundes- und Landesebene des DKSB ein.



Der Kinderschutzbund
Bundesverband

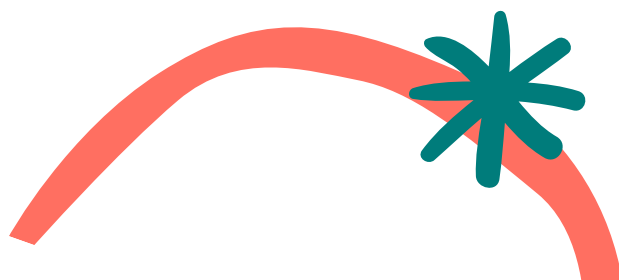
GUTES AUFWACHSEN MIT MEDIEN

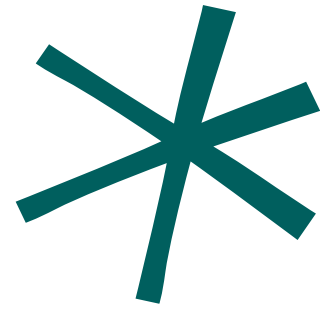
Wertvolle Impulse für die Beratung ergeben sich durch das Engagement bei „Gutes Aufwachsen mit Medien“ (GAmM), einer vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) geförderten Initiative, in der sich verschiedene Projekte zusammengeschlossen haben mit dem übergeordneten Ziel, Rahmenbedingungen für ein gutes Aufwachsen mit Medien zu schaffen.



INSAFE

Die Teilnahme an regelmäßigen Vernetzungs- und Arbeitstreffen auf Europaebene im Netzwerk von Insafe dient dem länderübergreifenden Austausch zu aktuellen digitalen Chancen und Risiken des Internets.





FINANZEN

Gerade in Bezug auf unsere Finanzen und deren Verausgabung ist uns Transparenz besonders wichtig. Daher kommunizieren wir als gemeinnütziger Verein offen und ehrlich über unsere finanziellen Angelegenheiten und machen alle relevanten Informationen für unsere Mitglieder, Förderpartner*innen und andere Stakeholder zugänglich.

Die Bilanz sowie die Gewinn- und Verlustrechnung für 2024 finden Sie auf den Seiten 44-47. Weitere Informationen zu Transparenz sowie eine Auflistung der wichtigsten fördermittelgebenden Institutionen von Nummer gegen Kummer e.V. finden Sie unter: [Informationen für Fördernde | Nummer gegen Kummer](#)



FINANZEN

Im vergangenen Jahr konnte „Nummer gegen Kummer“ sein bundesweites Beratungsangebot erhalten und strukturell weiter ausbauen. Die Zuschüsse aus öffentlicher Hand, aber auch die vielen großzügigen Förderungen von privaten Spendern führten zu verschiedenen Angebotsmodifikationen, zur Erhöhung der Beratungsqualität und zu gezielter Bekanntheit der Angebote bei den Zielgruppen.

Insgesamt ist es gelungen, einen positiven Abschluss 2024 zu erreichen und einen ausgeglichenen Haushaltsplan für 2025 vorzulegen. Der Bestand an liquiden Mitteln zum 31.12.2024 unterliegt zum Teil einer Mittelverwendungspflicht für bereits erhaltene Zuschüsse und Spenden (gebundene Gewinnrücklagen) und dient weiterhin dazu, dass der Verein seinen periodisch wiederkehrenden Zahlungsverpflichtungen, wie z.B. Gehältern und Mieten, nachkommen kann. Auch kann wiederholt ein Betrag in die Rücklagen eingestellt werden, die mit Blick auf zahlreiche Kostensteigerungen eine gewisse Sicherheit geben. Erreicht wurde dies in 2024 durch zahlreiche kleinere und größere Spenden sowie intensive und gleichsam erfolgreiche Aktivitäten im Bereich Fundraising. Die Akquise von finanziellen Mitteln findet auf verschiedenen Ebenen statt. Sie erstreckt sich von der Beantragung öffentlicher Gelder bis hin zur Werbung um Spenden bei Firmen, Stiftungen oder Privatpersonen.

Wir bedanken uns bei allen Förderpartnern, Unternehmen, Privatspendern und Fördermitgliedern, ohne die wir Kindern, Jugendlichen und Eltern nicht in diesem Umfang und der Qualität zur Seite stehen können.

Zu den zentralen Aufgaben unseres Vereins zählen neben dem Erhalt und Ausbau der Beratungsangebote, die Stärkung der Organisationsstruktur, die inhaltliche und strukturelle Weiterentwicklung der Angebote sowie die Sicherung der Beratungsqualität. Dies sind wichtige und personalintensive Aufgabenfelder, die in finanzieller Hinsicht jährlich großer Anstrengungen bedürfen, einschließlich aufwendiger Antragsstellungen, um alle entstehenden Kosten zu decken. Der größte Teil der Vereinsmittel ist zweckgebunden und wird dementsprechend verwendet. Da in der Regel öffentliche Zuschüsse nicht alle entstehenden Kosten auffangen, müssen auch weiterhin freiverwendbare Mittel akquiriert werden. Zusätzliche Aufgaben, insbesondere wenn sie sehr personalintensiv sind, können ebenfalls nur über Spenden und/oder Projektgelder finanziert werden. Daher bleibt das Einwerben von freien Mitteln und das gezielte Fundraising für Vorstand und Geschäftsstelle auch in Zukunft eine zentrale und wichtige Aufgabe, um die Angebote der „Nummer gegen Kummer“ bestmöglich zu unterstützen und zu begleiten.



Amtsgericht Wuppertal, Vereinsregister Nr. 3206

BILANZ zum 31. Dezember 2024**AKTIVA**

	Euro	Geschäftsjahr Euro	Vorjahr Euro
A. ANLAGEVERMÖGEN			
I. Immaterielle Vermögensgegenstände			
1. Entgeltlich erworbene Konzessionen, gewerbliche Schutzrechte und ähnliche Rechte und Werte sowie Lizenzen an solchen Rechten und Werten		358,00	497,00
II. Sachanlagen			
1. Andere Anlagen, Betriebs- und Geschäftsausstattung			
Sonstige Anlagen und Ausstattung		5.241,00	6.516,00
III. Finanzanlagen			
1. Sonstige Ausleihungen		7.452,00	10.329,55
B. UMLAUFVERMÖGEN			
I. Forderungen, sonstige Vermögensgegenstände			
1. Forderungen aus Lieferungen und Leistungen	181,80		54,90
2. Sonstige Vermögensgegenstände	<u>1.294,28</u>		<u>94.375,33</u>
		1.476,08	94.430,23
II. Kasse, Bank		543.261,46	425.284,58
C. AKTIVE RECHNUNGSABGRENZUNGSPOSTEN		1.389,47	1.394,85
		<u>559.178,01</u>	<u>538.452,21</u>

Amtsgericht Wuppertal, Vereinsregister Nr. 3206

BILANZ zum 31. Dezember 2024**PASSIVA**

	Euro	Geschäftsjahr Euro	Vorjahr Euro
A. VEREINSVERMÖGEN			
I. Vereinskaptal			
1. Vereinskaptal § 62 Abs. 3 AO		20.000,00	20.000,00
II. Gewinnrücklagen			
1. Gebundene Gewinnrücklagen	86.968,45		0,00
2. Freie Gewinnrücklagen	<u>218.377,00</u>		<u>203.463,00</u>
		305.345,45	203.463,00
III. Ergebnisvortrag		200.200,77	278.177,12
B. RÜCKSTELLUNGEN			
1. Sonstige Rückstellungen		16.800,00	15.800,00
C. VERBINDLICHKEITEN			
1. Verbindlichkeiten aus Lieferungen und Leistungen	356,60		630,08
2. Verbindlichkeiten aus noch nicht zweckentsprechend verwendeten Mitteln	705,71		6.017,56
3. Sonstige Verbindlichkeiten	<u>14.079,48</u>		<u>14.364,45</u>
		15.141,79	21.012,09
D. PASSIVE RECHNUNGSABGRENZUNGS-POSTEN			
		1.690,00	0,00
		<u>559.178,01</u>	<u>538.452,21</u>

Amtsgericht Wuppertal, Vereinsregister Nr. 3206

Gewinn- und Verlustrechnung vom 01.01.2024 bis 31.12.2024

	Euro	Geschäftsjahr Euro	Vorjahr Euro
A. IDEELLER BEREICH			
I. Nicht steuerbare Einnahmen			
1. Mitgliedsbeiträge	31.300,00		31.200,00
2. Zuschüsse	1.456.831,15		1.411.639,17
3. Sonstige nicht steuerbare Einnahmen	<u>34.110,65</u>		<u>22.646,30</u>
		1.522.241,80	1.465.485,47
II. Nicht anzusetzende Ausgaben			
1. Abschreibungen	2.607,10		1.626,94
2. Personalkosten	1.303.854,11		1.274.440,02
3. Reisekosten	11.236,91		14.318,50
4. Raumkosten	54.203,42		60.916,54
5. Übrige Ausgaben	<u>292.632,21</u>		<u>301.499,82</u>
		1.664.533,75	1.652.801,82
Gewinn/Verlust ideeller Bereich		<u>142.291,95-</u>	<u>187.316,35-</u>
B. ERTRAGSTEUERNEUTRALE POSTEN			
I. Ideeller Bereich (ertragsteuerneutral)			
1. Steuerneutrale Einnahmen			
Spenden	163.418,72		112.271,42
2. Nicht abziehbare Ausgaben			
Gezahlte/hingegebene Spenden	<u>3.500,00</u>		<u>0,00</u>
		159.918,72	112.271,42
Gewinn/Verlust ertragsteuerneutrale Posten		<u>159.918,72</u>	<u>112.271,42</u>
Übertrag		17.626,77	75.044,93-

	Euro	Geschäftsjahr Euro	Vorjahr Euro
Übertrag		17.626,77	75.044,93-
C. VERMÖGENSVERWALTUNG			
I. Einnahmen			
1. Ertragsteuerfreie Einnahmen Zins- und Kurserträge		6.279,33	1.901,11
Gewinn/Verlust Vermögensverwaltung		<u>6.279,33</u>	<u>1.901,11</u>
D. JAHRESERGEBNIS		23.906,10	73.143,82-
1. Ergebnisvorträge aus dem Vorjahr		278.177,12	323.562,42
2. Entnahmen aus gebundenen Ergebnisrücklagen		0,00	36.300,52
3. Einstellungen in die gebundenen Ergebnisrücklagen		86.968,45	0,00
4. Einstellungen in die freien Ergebnisrücklagen (§ 62 Abs. 1 Nr. 3 AO)		14.914,00	8.542,00
E. ERGEBNISVORTRAG		<u>200.200,77</u>	<u>278.177,12-</u>



Nummer**gegen**Kummer

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an die
Geschäftsstelle von Nummer gegen Kummer e.V.

Hofkamp 108
42103 Wuppertal
Tel. 0202 259059-0
Fax: 0202 259059-19

info@nummergegenkummer.de
www.nummergegenkummer.de

Nummer gegen Kummer e.V.
Amtsgericht Wuppertal
Registernummer 3206

Mitglied im Kinderschutzbund
Mitglied bei Child Helpline International

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

Unterstützt durch:



Bank für Sozialwirtschaft
IBAN DE50 3702 0500 0007 2138 01

