Pressemitteilung

Zeugnissorgen? Reden hilft!

Nummer gegen Kummer bietet Hilfe und Entlastung

KIEL 23.07.2025. Mit der Zeugnisvergabe an den Schulen beginnt für viele Kinder, Jugendliche und ihre Familien die Sommerferienzeit – für manche jedoch nicht unbeschwert. Schlechte Noten, Zukunftssorgen oder die Angst vor negativen Reaktionen können den Ferienstart belasten und zu Konflikten in den Familien führen.

Gerade auch in dieser sensiblen Phase stehen die Beratungsangebote der Nummer gegen Kummer bereit: Am Kinder- und Jugendtelefon stellen sich viele junge Menschen Fragen wie „Was mache ich, wenn ich mit meinen Noten unzufrieden bin?“, „Wie sage ich es meinen Eltern?“ oder „Wie gehe ich mit dem Druck in der Schule um?“ Die ehrenamtlichen Berater*innen helfen, die eigenen Gefühle zu sortieren, Unsicherheiten abzubauen und gemeinsam Strategien für schwierige Gespräche zu entwickeln. Oft wird gemeinsam überlegt, wie ein offener Dialog mit den Eltern gelingen kann oder wie man wieder positiver auf das schaut, was man geschafft hat.

Am Elterntelefon fragen sich Eltern und andere Sorgeberechtigte, wie sie angemessen auf nicht zufriedenstellende Noten reagieren, ihr Kind unterstützen oder Konflikte vermeiden können. Häufig geht es um Unsicherheiten im Umgang mit Enttäuschung, Zukunftsängsten oder dem Wunsch, das Kind zu motivieren, ohne zusätzlichen Druck auszuüben. Die Berater*innen unterstützen dabei, die Situation zu entlasten, neue Sichtweisen einzunehmen und gemeinsam Wege zu finden, wie Eltern auch in herausfordernden Zeiten in guten Kontakt mit ihren Kindern bleiben können.

Das Kinder- und Jugendtelefon ist unter der Telefonnummer 116 111 montags bis sonnabends von 14 bis 20 Uhr für die jungen Menschen da. Das Elterntelefon ist montags bis freitags durchgehend von 9 bis 17 Uhr, dienstags und donnerstags auch bis 19 Uhr, unter der kostenfreien Telefonnummer 0800 111 0 550 zu erreichen.

Das Kinder- und Jugendtelefon und Elterntelefon sind bundesweite Angebote von Nummer gegen Kummer e.V. und seinen Mitgliedsorganisationen - www.nummergegenkummer.de

---

Der Kinderschutzbund Schleswig-Holstein ist die politisch unabhängige Lobby für Kinder. Er tritt für die Rechte und das Wohlergehen der Kinder ein. In Schleswig-Holstein engagieren sich im Kinderschutzbund über 3000 Mitglieder in 28 Orts- und Kreisverbänden. Spendenkonto: Der Kinderschutzbund Landesverband Schleswig-Holstein e.V.
Förde Sparkasse, IBAN: DE77 2105 0170 0092 0360 60, BIC: NOLADE21KIE

Pressekontakt: presse@kinderschutzbund-sh.de, mobil 0160-5385530
Der Kinderschutzbund Landesverband Schleswig-Holstein e.V., Sophienblatt 85, 24114 Kiel
kinderschutzbund-sh.de