



Pro Juventute Beratung + Hilfe 147

Kurzbericht 2020

Jugendliche beraten Jugendliche – geringere Hemmschwelle für die erste Kontaktaufnahme

Manchmal ist es einfacher, sich über die eigene Situation mit Gleichaltrigen auszutauschen. Oft haben sie ähnliche Erfahrungen gemacht oder kennen zumindest das Problem. Damit junge Menschen so früh wie möglich über ihre Belastungen oder Überforderungen sprechen, will Pro Juventute die Schwelle für eine Kontaktaufnahme weiter senken.

Als Ergänzung zur Beratung durch ausgebildete Fachleute hat Pro Juventute dafür einen Peer-Chat realisiert. Freiwillig tätige Jugendliche beraten Gleichaltrige und werden dabei von Profis begleitet und unterstützt. Aufgrund des Erfolgs dieses Angebots, wird der Peer-Chat seit August 2019 auch in der französischsprachigen sowie in der italienischsprachigen Schweiz angeboten.

Unsere Peer-Beraterinnen und Peer-Berater sind zwischen 17 und 24 Jahre alt. Sie werden von einem erfahrenen Peer-Coach begleitet. Diese ausgebildete Fachperson gibt Tipps, macht auf Gefahren aufmerksam, kann von den Jugendlichen zur Unterstützung beigezogen werden, im Notfall direkt in einen Chatverlauf eingreifen oder eine Krisenintervention auslösen. Die Peer-Beraterinnen und -Berater bringen ganz unterschiedliche Erfahrungen mit. Gemeinsam ist ihnen ein überdurchschnittliches Engagement, der Wille, anderen Jugendlichen zu helfen und sich immer wieder mit schwierigen Situationen auseinanderzusetzen. Insgesamt kontaktieren uns pro Monat mehr als **170** Jugendliche auf dem Peer-Chat.

Link zum Peer-Chat: www.147.ch/de/peerchat/peer-chat/

Darüberhinaus holen sich etwa 700 Kinder und Jugendliche (Vorjahr 600) jeden Tag Hilfe und Informationen bei 147.ch. Weiterhin sehen wir eine Zunahme bei den Kontakten wegen persönlicher Probleme. Erfahrungsgemäss holen sich die Jugendliche bei Krisen, Angst, depressiven Verstimmungen oder psychischen Erkrankungen Hilfe. Das sind Probleme, auf die es keine allgemein gültigen Antworten gibt. Themen, welche die eigene Person in Frage stellen. Dazu gehören Selbstwert, Ängste, depressive Verstimmungen und suizidale Gedanken. Im Zentrum steht oft die emotionale Stabilisierung, ein «sich verstanden fühlen».

Im vergangenen Pandemie-Jahr erlebten Jugendliche viele Einschränkungen, welche ihre Entwicklung behinderten. Deshalb nahmen Ängste, Freunde zu verlieren oder Konflikte mit ihren Eltern zu.

Rund vier bis fünf Kinder / Jugendliche kontaktieren uns pro Tag zum Thema Suizid. Für uns ist dies eine Herzensangelegenheit rund um die Uhr für Kinder und Jugendliche da zu sein.

Wir sind rund um die Uhr, vertraulich und kostenlos für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene bis 25 Jahre auf folgenden Kanälen erreichbar:

Telefon 147

SMS 147

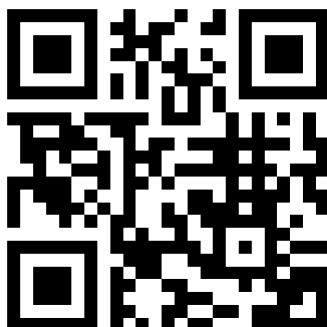
Mail an beratung@147.ch

Chat mit eine*r Berater*in auf 147.ch (zu den publizierten Öffnungszeiten)

Chat mit Gleichaltrigen auf 147.ch (zu den publizierten Öffnungszeiten)



QR Code 147.ch:



QR Code projuventute.ch:

