



Der Kinderschutzbund
Landesverband
Saarland

Pressemitteilung

Wenn das Zeugnis Sorgen macht: Nummer gegen Kummer bietet Unterstützung

Saarbrücken, 25.06.2026 – Für viele Schülerinnen und Schüler ist morgen ein besonderer Tag: Die Zeugnisse werden verteilt. Für manche ist er jedoch mit gemischten Gefühlen verbunden oder wird gar als Belastung erlebt. Der Kinderschutzbund weist deshalb darauf hin, dass Kinder, Jugendliche und Eltern mit ihren Sorgen nicht allein sind und Unterstützung bei der „Nummer gegen Kummer“ finden können.

Mit dem Tag der Zeugnisübergabe steigt für viele Kinder und Jugendliche der Druck. Sie haben Angst vor Enttäuschung, Streit oder Strafen, wenn sie ihre Noten mit nach Hause bringen. In solchen Momenten ist die „Nummer gegen Kummer“ seit mittlerweile 46 Jahren für sie da.

1980 wurde die Nummer gegen Kummer als „Zeugnistelefon“ gegründet – speziell für Kinder und Jugendliche mit Sorgen rund um schlechte Noten oder schwierige Reaktionen bei den Eltern. Schnell zeigte sich aber, dass die Themen, die junge Menschen belasten, vielfältig sind. Sie reichen heute von familiären Konflikten, psychischer Belastung und Einsamkeit bis hin zu Schulstress, Leistungsdruck oder Zukunftsängsten.

Die Nummer gegen Kummer ist das ganze Jahr über für Kinder und Jugendliche da – anonym, vertraulich, kostenlos.

Was viele nicht wissen – Die ehrenamtlichen Beraterinnen und Berater der Nummer gegen Kummer haben auch ein offenes Ohr für Eltern, die über ihre Sorgen sprechen möchten. Sie können sich Unterstützung holen, wenn sie unsicher sind, wie sie mit den schulischen Leistungen ihres Kindes umgehen sollen oder wie sie in schwierigen Situationen angemessen reagieren können.

„Wichtig ist, miteinander im Gespräch zu bleiben und gemeinsam nach Lösungen zu suchen. Verständnis und Ermutigung helfen Kindern und Jugendlichen oft mehr als Vorwürfe oder zusätzlicher Druck“, so der Vorsitzende Stefan Behr vom Landesverband.

Im Saarland gibt es das Kinder- und Jugendtelefon bereits seit 32 Jahren und es werden regelmäßig neue Berater*innen gesucht, so die Pädagogische Leiterin Martina Riedel vom Ortsverband Saarbrücken: „Wir freuen uns über geeignete Jugendliche und Erwachsene, die selbst in der Beratung tätig sein möchten. Interessenten können sich daher jederzeit an den Kinderschutzbund Saarbrücken wenden.“

Beratungsangebote der Nummer gegen Kummer:

Kinder- und Jugendtelefon: 116 111
Montag bis Samstag von 14 bis 20 Uhr

Elterntelefon: 0800 111 0 550
Montag bis Freitag von 9 bis 17 Uhr, sowie Dienstag und Donnerstag von 17 bis 19 Uhr

Online-Beratung: www.nummergegenkummer.de

Der Kinderschutzbund Landesverband Saarland e.V.

Pressekontakt: Anika Schulz
Telefon: 0151 – 61092498
Mail: presse@kinderschutzbund-saarland.de
www.kinderschutzbund-saarland.de

Der Kinderschutzbund (DKSB), gegründet 1953, ist mit 50.000 Einzelmitgliedern in über 400 Orts- und Kreisverbänden die bundesweit größte Kinderschutzorganisation. Der Verband setzt sich für die Rechte und Interessen von Kindern, Jugendlichen und Familien sowie für Veränderungen in Politik und Gesellschaft ein.