

SONDERAUSGABE: GRATIS

JETZT NOTRUFMINUTEN SPENDEN!

RAD

RAT
auf Draht
von SOS-Kinderdorf

„Unser Sohn verweigert
die Schule.“

„Mein Kind verschläft
jeden Wecker!“

NOTRUF 147
WEIL JEDE MINUTE ZÄHLT!

STORY
DER SCHULVERWEIGERER

Persönlichkeitstest:
Wie hilfsbereit
sind Sie wirklich?

MIT POSTER



**SOS
KINDERDORF**

Rat auf Draht Zahlen & Fakten

24/7

Manche Jugendliche melden sich mitten in der Nacht nach einer Panikattacke, aufgelöst, erschöpft und allein mit kreisenden Gedanken.

Bereits zehn Minuten Beratung genügen oft, damit sie wieder handlungsfähig werden. Sie nehmen konkrete Lösungsvorschläge mit und können die nächsten Schritte setzen.

In manchen Telefonaten berichten die Jugendlichen von **Übergriffen im Sportverein, Streit und Gewalt zu Hause, Mobbing in der Schule ...**

sie trauen sich nicht, in ihrem Umfeld darüber zu sprechen, weil sie nicht zur Last fallen wollen. Oft hilft es, in der Rat auf Draht-Beratung den seelisch belastenden Rucksack gemeinsam „aufzumachen“ und zu schauen, was es wirklich braucht.

**Jetzt
Notrufminuten
spenden!**

70€

Ein dringendes Akut-Notrufgespräch kann lebensrettend sein.

Oft geht es auch darum, dass Anrufer*innen vom Überleben ins Leben kommen. Viele Jugendliche sehen nichts Positives mehr. In der telefonischen Beratung arbeiten wir gemeinsam die guten Dinge heraus.

Schon mit einer Spende von 70 Euro finanzieren Sie eine Intensiv-Beratung.

Infos & Spendenmöglichkeit:

www.sos-kinderdorf.at/notruf
Spendenkontonhaber: SOS-Kinderdorf
IBAN: AT46 1644 0001 4477 4477
Verwendungszweck: Rat auf Draht

147

Medieninhaber (Herausgeber): SOS-Kinderdorf (gemeinnütziger Verein), ZVR-Zahl: 844967029

Stafflerstraße 10a, 6020 Innsbruck, Tel.: +43 512 580101, E-Mail: willkommen@sos-kinderdorf.at

Website: sos-kinderdorf.at **Vertreten durch die Geschäftsführung:** Carolin Porcham, Wolfram Brugger
Vereinszweck: Kinder- und Jugendhilfe sowie die Förderung und Unterstützung von Kindern, Jugendlichen und Familien. **Hersteller:** Alpina Druck GmbH, 6020 Innsbruck **UID:** ATU37109605

Blattlinie: Dieser Folder richtet sich an Unterstützer*innen von SOS-Kinderdorf und informiert insbesondere über das Angebot Rat auf Draht, den Notruf für Kinder und Jugendliche.

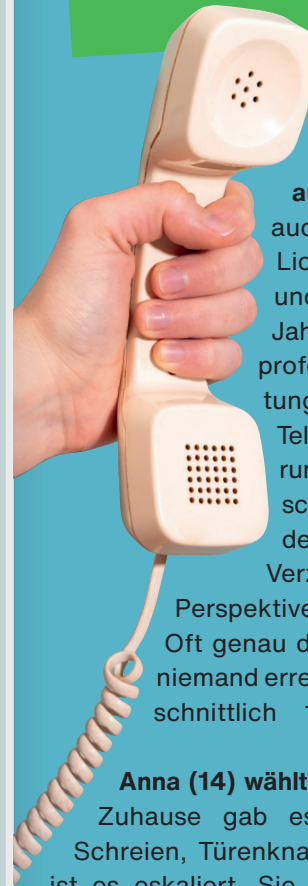
Redaktion: Elisabeth Gahleitner, Felicitas Zimmermann **Layout:** Judit Fortleyn

Zum Schutz der Kinder und Jugendlichen ändern wir bei Erzählungen die Namen und verwenden Symbolbilder.

Coverfoto: Magnific/pressmaster **Redaktionsschluss:** 5. August 2026

Weil ...

...jede Minute zählt



Im Büro von **Rat auf Draht** brennt auch nachts das Licht. An 365 Tagen und Nächten pro Jahr sitzt das multi-professionelle Beratungsteam vor dem Telefon. Es geht darum, jungen Menschen mit drängenden Fragen oder in Verzweiflung neue Perspektiven aufzuzeigen.

Oft genau dann, wenn sonst niemand erreichbar ist, durchschnittlich 110-mal täglich.

Anna (14) wählt spätabends 147.

Zuhause gab es wieder Streit. Schreien, Türenknallen und diesmal ist es eskaliert. Sie hat Angst, weiß nicht wohin. Sie spricht kaum, öffnet sich nur schrittweise. Die Beraterin kann sie beruhigen, mit ihr gemeinsam die Situation einordnen und vor allem: ihr zeigen, dass sie nicht allein ist. Für die Teenagerin ist dieses Gespräch mitten in der Nacht ein Wendepunkt. Der angeführte Name ist freilich erfunden, Anonymität ist ein Grundpfeiler der Hotline.

Die hier dargestellte Fallgeschichte steht exemplarisch für die individuellen Krisen, mit denen sich Kinder, Jugendliche & Bezugspersonen an den Notruf wenden.

Gerade Themen wie Gewalt in der Familie, Angst und Suizidgedanken nehmen zu. Für Jugendliche ist ein sicherer Ort zum Reden umso wichtiger. Bereits ein paar Minuten genügen oft, damit sie lösungsorientiert nächste Schritte setzen können. Besondere Akut-Situationen erfordern intensive und feinfühliges Gespräche. Da zählt jeder Moment. Vor einiger Zeit meldete sich eine Mutter beim Beratungsteam: „Danke, dass ihr meiner Tochter das Leben gerettet habt.“

Rat auf Draht gibt es seit Oktober 1987, ursprünglich als Service-Telefon im Rahmen einer ORF-Sendung. Mittlerweile ist 147 eine rund um die Uhr kostenlos erreichbare Notrufnummer und ein Angebot von SOS-Kinderdorf.

Bitte unterstützen Sie die wichtige Anlaufstelle. Mit Ihrer Spende schenken Sie jungen Menschen in ganz Österreich konkrete Hilfe in Form von Notrufminuten. Oft ist ein einziges Gespräch der erste Schritt zurück zu Hoffnung und Zuversicht.

Frag um Rat

Bevor Sorgen zu Krisen werden



„Meine Tochter und ich sind nur noch am Streiten.“ Sabine, 46

Liebe Sabine, gerade in der Pubertät – und darüber hinaus – gehören Auseinandersetzungen und Uneinigkeiten zum Leben dazu. Das muss gar nichts Schlechtes sein, es steckt schon im Wort: Sie setzen sich mit Ihrem Kind auseinander und signalisieren, dass es Ihnen nicht egal ist. Ihre Tochter kommt an einen Punkt, wo sie Entscheidungen für sich selbst treffen darf und muss. In diesen Situationen ist dann manchmal auch ein respektvoller Gegenpol

wichtig. Bleiben Sie im Gespräch, teilen Sie ruhig Ihre Haltung und Werte mit und achten Sie darauf, nicht verurteilend zu sein. So zeigen Sie Ihrem Kind, was Ihnen wichtig ist, wie man trotz Widerstand zu seiner Meinung stehen kann und andere Perspektiven respektieren und stehen lassen kann. Bei Grenzverletzungen können Sie das Verhalten kritisieren, nicht aber die Person!

Ihr Team von Rat auf Draht

Fotos: Magnific/gpointstudio/writerfantast



„Hilfe! Mein Kind verschläft jeden Wecker.“

Angelika, 49

Liebe Angelika, damit sind Sie auf jeden Fall nicht allein! Viele Teenager kommen morgens schwer aus den Federn. Die Pubertät bringt die Wach- und Schlafphasen durcheinander. Vielleicht helfen Ihrem Kind ein paar Tricks: den Wecker außerhalb der Reichweite platzieren, einen Lichtwecker ausprobieren, höchstpersönlich aufwecken, lüften und warten bis der Morgenmuffel tatsächlich aufsteht, früher ins Bett gehen und auf jeden Fall Energydrinks vermeiden. Viel Kraft und Geduld!

Ihr Team von Rat auf Draht

Foto: Magnific/diana.grytsku

„Unser Kind will nicht in die Schule gehen. Was können wir machen?“

Michaela, 39 & Johannes, 41

Liebe Michaela, lieber Johannes, in Österreich gibt es eine neun-jährige Schulpflicht. Manchmal haben Kinder einfach keine Lust in die Schule zu gehen und würden lieber zu Hause bleiben. Eine gelegentliche Unlust ist also nicht ungewöhnlich und kann vorkommen. Die Grenzen zwischen normal und problematisch sind, wie so oft fließend. Versuchen Sie herauszufinden, wie gut Ihr Kind im Schulalltag eingebunden ist und wie die Schule die Situation einschätzt. Sprechen Sie mit Ihrem Kind, meiden Sie Druck, treffen Sie eine Vereinbarung mit den Lehrkräften und fragen Sie bei Schulpsycholog*innen nach. Wenn sich das Kind jedoch auf Dauer heftig gegen die Schule wehrt, wäre eine professionelle therapeutische Abklärung und Unterstützung hilfreich.

Ihr Team von Rat auf Draht

Rat auf Draht Notruf

Telefon 147

oder über den Chat:

www.rataufdraht.at bzw.

www.elternseite.at



Der
Star
bin ich!



Der Schulverweigerer

UND WARUM ES NICHTS MIT FAULHEIT ZU TUN HAT

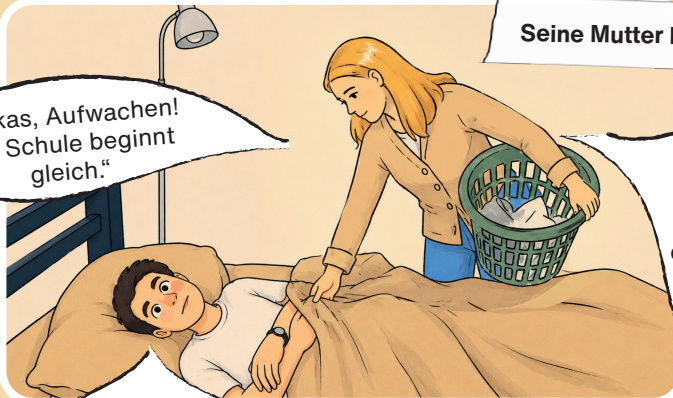


Montagsmorgen: Der Wecker klingelt. Der 15-jährige Lukas bleibt im Bett liegen. Immer hat er Bauchweh wenn er an die Schule denkt. Er hat dort keine Freunde und nur noch schlechte Noten.



Seine Mutter kommt ins Zimmer.

„Lukas, Aufwachen! Die Schule beginnt gleich.“



„Du kannst doch nicht jeden Montag krank sein. Fieber hast du auch nicht. Also los, mach dich fertig! Ich muss auch zur Arbeit und hab nicht immer Lust.“

„Mama, ich kann nicht in die Schule, ich bin krank. Hust, Hust!“

Lukas macht sich fertig und verlässt das Haus. Er geht aber nicht in die Schule, sondern wartet ab, bis seine Eltern zur Arbeit gehen.



Illustrationen: Cartoonify, istock, Magnific/vector corp/Harryarts

Er flüchtet sich in sein Online-Spiel. Dort hat er Freunde und ist jemand. Oft spielt er tagelang und bis spät in die Nacht.



Ich bin so ein Versager! Ich schaffe es noch nicht mal in die Schule zu gehen...

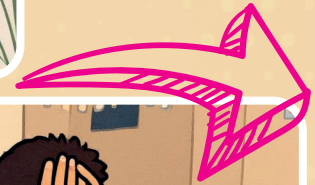
Ein paar Tage später öffnen seine Eltern einen Brief von der Schule. Lukas hat zu viele unentschuldigte Fehlstunden und für sein Zeugnis sieht es nicht gut aus.



Warum habe ich das nicht mitbekommen? Er ist doch jeden Tag zur Schule gegangen.

„Ohje! Hier steht, dass er mehrere Gefährdungen hat!“

Seine Eltern stellen Lukas zur Rede. Daraufhin erzählt der Teenager von dem Mobbing, der Schulangst, den schlechten Noten und seiner Spielsucht.





Im ersten Moment wissen die Eltern von Lukas nicht weiter. Wie sollen sie ihrem Sohn am besten helfen? Sie rufen bei Rat auf Draht an.

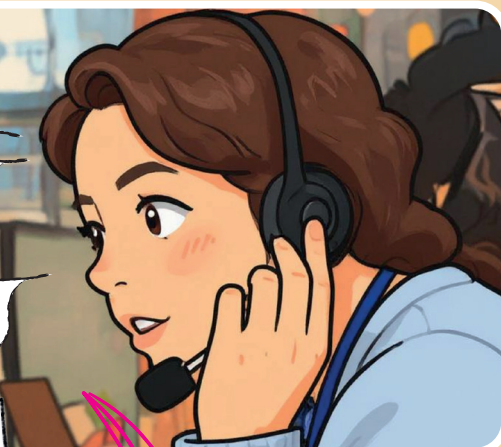


„Gehen Sie zusammen mit Ihrem Sohn in ein Gespräch mit dem Klassenvorstand.“

„Lassen Sie sich wegen eines Klassen- oder Schulwechsels beraten.“

„Vielleicht wäre eine Therapie für Ihren Sohn hilfreich.“

Rat auf Draht hört sich das Problem an und überlegt gemeinsam mit den Eltern, wie man Lukas am besten helfen kann.



Die Expert*innen von Rat auf Draht raten dazu, sich in die Situation des Kindes hineinzusetzen, Verständnis zu zeigen und Unterstützung zum gemeinsamen Lösen des Problems anzubieten. Vorwürfe sind nicht angebracht, denn für die jungen Menschen ist der Leidensdruck oft sehr stark. Auch ein Austausch mit dem Umfeld des Kindes und den Lehrkräften ist sinnvoll. Wehrt sich das Kind auf Dauer heftig gegen die Schule, sollte zusätzlich professionelle Unterstützung in Anspruch genommen werden.

Ein Gespräch über die aktuelle Situation kann bereits erste Entlastung bringen: Beratungstermine sind auch unter www.elternseite.at buchbar.

Persönlichkeitstest



Wie hilfsbereit sind Sie?

Kreuzen Sie den Buchstaben an, der am ehesten zu Ihnen passt.

Einem Jugendlichen fehlen an der Kassa 20 Cent. Helfen Sie aus?

- A** Ja, klar. Ihm ist das sicher super peinlich.
B Nein, wer den Cent nicht ehrt ...

Hinter Ihnen ist eine Person mit Kinderwagen. Halten Sie die Türe auf?

- A** Selbstverständlich!
B Nein, warum die Frage?

Eine Freundin ruft Sie nachts an, weil sie eine Autopanne hat. Würden Sie losfahren?

- A** Ja, sogar noch im Pyjama.
B Nein, aber ich empfehle ein Taxi.

Haben Sie schon einmal gespendet?

- A** Ja, ich gebe gerne etwas ab.
B Nein, das machen genug andere.



Ihr Nachbar zieht aus. Packen Sie mit an?

- A** Ja, perfektes Workout für heute.
B Nein, die Person hat doch selbst zwei gesunde Arme.

Überwiegend A

Auf Sie ist immer Verlass. Egal ob für Freund*innen, Familie, Kolleg*innen oder Fremde, Sie stehen sofort bereit. Sie sehen Hilfe nicht als Aufgabe, sondern als beidseitiges Geschenk. Weiter so!

Überwiegend B

Sie fokussieren sich eher auf sich. Sie glauben, die Menschen um Sie herum haben so wie Sie alles im Griff. Probieren Sie doch mal aus, wie es sich anfühlt, jemandem zu helfen. Das tut bestimmt gut!



SOS
KINDERDORF

Jetzt
Notrufminuten
spenden
und Leben
retten!

Foto: SOS-Kinderdorf

WEIL JEDE MINUTE ZÄHLT!

SPENDEN SIE JETZT und sichern Sie einem jungen Menschen ein dringendes Beratungsgespräch, **damit Sorgen nicht zu Krisen werden.**

RAT
auf Draht

von SOS-Kinderdorf

Infos & Spendenmöglichkeit: www.sos-kinderdorf.at/notruf

Spendenkontonhaber: SOS-Kinderdorf, IBAN: AT46 1644 0001 4477 4477

Verwendungszweck: Rat auf Draht