

RAT
auf Draht
Bevor Sorgen
zu Krisen werden

2025

**Jahresbericht
Rat auf Draht
Notruf 147 & Elternseite
2025**




Co-funded by
the European Union



Rat auf Draht ist die österreichische Notrufnummer für **Kinder und Jugendliche**. Die Nummer ist rund um die Uhr anonym und kostenlos erreichbar. Neben der Telefonberatung umfasst das Angebot auch anonyme Chat Beratung, Informationsvermittlung über die Website und soziale Netzwerke sowie Peerberatung (Jugendliche beraten Jugendliche). Rat auf Draht betreibt ebenfalls die kostenlose, rund um die Uhr unter 116000 erreichbare Hotline für vermisste Kinder sowie die Hotline für Schulpsychologie, die unter 0800 211 320 erreichbar ist.

 TELEFONBERATUNG
147, rund um die Uhr
österreichweit, kostenlos, anonym

 CHATBERATUNG
Mo, Di, Fr von 18 - 19 Uhr + Mi, Do von 18 - 20 Uhr

 CHATERIA SPECIALE
Mo, Di, Fr von 19 - 21 Uhr

 PEERBERATUNG
Mittwoch von 18 - 20 Uhr via Chat

 WEBSITE INFOS
www.rataufdraht.at

 FACEBOOK INFO-FEED
fb.com/rataufdraht

 INSTAGRAM INFO-FEED
@147rataufdraht

 YOUTUBE KANAL
@RataufDraht147

 TIKTOK
@rataufdraht147



RAT
auf Draht
elternseite.at

Die Elternseite bietet kostenlose Onlineberatung über Video, Audio oder Textchat. Außerdem finden **Eltern und Bezugspersonen** auf der Website Informationen von Expert:innen zum Nachlesen und die Möglichkeit zum Austausch, z. B. in Webinaren.

 ONLINE-VIDEOBERATUNG:
Termine zu 25 oder 50 Minuten
24h Terminvereinbarung

 WEBSITE INFOS
www.elternseite.at

 FACEBOOK INFO-FEED
fb.com/rataufdrahtelternseite

 INSTAGRAM INFO-FEED
@rataufdrahtelternseite

 TIKTOK
@rataufdrahtelternseite



HERAUSGEBER	Rat auf Draht (gemeinnützige GmbH) Vivenotgasse 3, 1120 Wien
WEB NOTRUF	www.rataufdraht.at 147@rataufdraht.at
WEB ELTERNSEITE	www.elternseite.at eltern@rataufdraht.at
WEB RAT AUF DRAHT CLUB	www.rataufdrahtclub.at
FÜR DEN INHALT VERANTWORTLICH	Birgit Satke, Katharina Wurnig & Oliver Bayer 2026
FOTOS	Rat auf Draht, privat, Martinan (Adobestock), pexels.com , unsplash.com

Hier finden Sie Informationen zur aktuellen Datenschutzerklärung:
www.rataufdraht.at/legacy-pages/datenschutzerklärung und
www.elternseite.at/datenschutz

Sie können der Verwendung Ihrer personenbezogenen Daten
widersprechen bzw. Ihre Einwilligung widerrufen.

INHALT

Vorwort
Seite 4-5

RAT AUF DRAHT NOTRUF 147

Unser Angebot
Seite 6-7

Das Beratungsjahr 2025
Seite 8-11

Beispiele aus dem Beratungsalltag
Seite 12-15

Rat auf Draht ist Trusted Flagger
Seite 16-17

Graz – Orientierung im kollektiven Ausnahmezustand
Seite 18-19

Kommunikation in Extremsituationen
Seite 20-21

Social Media – Zwischen Algorithmus und Alltag
Seite 22-25

Chateria Speciale
Seite 26

Hotline für vermisste Kinder
Seite 27

Fortbildungen & Workshops
Seite 28-29

Peer2Peer Beratung - Innovation, Partizipation & persönl. Wachstum
Seite 30-31

Notruftag
Seite 32

Rat auf Draht Club
Seite 33

RAT AUF DRAHT ELTERNSEITE

Unser Angebot
Seite 34-35

Das Beratungsjahr 2025
Seite 36-37

Neuerungen & Entwicklungen
Seite 38-39

Die Elternseite auf Social Media
Seite 40-41

Die Beratungsthemen 2025
Seite 42-43

Einblicke in den Beratungsalltag
Seite 44-45

Unser Team
Seite 46-47

Wirtschaftliche Kennzahlen 2025
Seite 48

Unsere Partner:innen & Sponsor:innen
Seite 49

Und was jetzt?
Seite 50-51

110 Beratungen täglich

Hinter jedem dieser Gespräche steht ein junger Mensch, der Hilfe und Unterstützung sucht, der gehört werden möchte.

Und diese jungen Stimmen sind sehr laut, sind die Themen, die Kindern und Jugendlichen heute auf der Seele lasten, oft sehr schwerwiegend. Die Zeiten, in denen es hauptsächlich um Liebeskummer oder Konflikte mit den Eltern ging, sind lange vorbei. Auch hier gibt es natürlich noch Gesprächsbedarf, doch heute dominieren psychische Belastungen wie Depressionen oder Angststörungen, selbstverletzendes Verhalten, Suizidalität, Mobbing, psychische und physische Gewalt, Leistungsdruck, Zukunftsängste und Überforderung den Beratungsalltag. Um derartige Themen professionell abzuholen, braucht es Zeit und erfahrene, gut ausgebildete Berater:innen, die jungen Menschen in diesen Ausnahmesituationen beistehen und die vielen Emotionen gut auffangen können.

Niederschwellige Beratungsangebote sind daher wichtiger denn je. In unserer Funktion als einzige Notrufnummer für Kinder und Jugendliche in Österreich, verstehen wir uns als erster großer Anker, als primäre Anlaufstelle für Krisen, Notfälle, Probleme und Fragen und bieten die wichtige Entlastung – anonym und kostenlos. Zudem versuchen wir, in den Beratungsgesprächen gemeinsam Wege aus den belastenden Situationen zu finden und die Resilienz zu fördern.

Durch unsere Präventionsarbeit, die nicht nur am Telefon oder im Chat, sondern auch in Workshops oder in den Medien stattfindet, zeigen wir Kindern und Jugendlichen, aber auch deren Eltern Möglichkeiten auf, um ein krisenhaftes Erlebnis frühzeitig erkennen zu können, zu vermeiden oder die negativen Folgen so gering wie möglich zu halten.

Wie wichtig die Unterstützung für junge Menschen und deren Bezugspersonen ist, zeigte sich auch beim wohl einschneidendsten Ereignis im Jahr 2025: dem School-Shooting in Graz. Es gelang uns, rasch und unkompliziert Hilfe und Unterstützung in dieser noch niemals dagewesenen Situation anzubieten – für die vielen verunsicherten jungen Menschen, die Angst hatten, dass so etwas auch an ihrer Schule passieren könnte, für deren Eltern und Lehrer:innen, aber auch für Betroffene selbst.

Wir sind sehr stolz und dankbar, seit über 38 Jahren die erste Anlaufstelle für junge Menschen in Not sein zu dürfen und einen systemrelevanten Beitrag leisten zu können. Ohne die Unterstützung unserer Trägerorganisation SOS-Kinderdorf, die rund ein Viertel des Angebots finanziert sowie unsere Unterstützer:innen, die öffentliche Hand, Unternehmen und Privatpersonen, könnten wir diesen Beitrag nicht in der Form leisten und unser Angebot kontinuierlich ausbauen und auf die sich ständig veränderten Lebenswelten und Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen anpassen.

Der vorliegende Jahresbericht soll Ihnen einen Einblick geben, wieviel wir gemeinsam erreichen konnten. Eines sei schon jetzt verraten: Es hat sich auch im Jahr 2025 wieder einiges bewegt.



Carolin Porcham
CAROLIN PORCHAM,
GESCHÄFTSFÜHRERIN RAT AUF DRAHT



Unser Angebot

**einzigste Notrufnummer für Kinder und Jugendliche in Österreich
(inklusive 116000, der Hotline für vermisste Kinder und
0800 211 320, der Hotline der Schulpsychologie)**

**24 Stunden / 365 Tage erreichbar, auch, wenn andere
Einrichtungen geschlossen haben**

niederschwellig, anonym und kostenlos

keine Auflistung in der detaillierten Telefonrechnung

hoher Bekanntheitsgrad in der Zielgruppe von über 90%

umfasst alle Themenbereiche, die Kinder und Jugendliche beschäftigen

**Schaltstelle zum öffentlichen psychosozialen Netz in
ganz Österreich**

**Konferenzschaltungen und Interventionen zu/r Kinder- und
Jugendhilfe, Kinderschutzzentren, Notschlafstellen, Gewalt-
schutzzentren, Kriseninterventionszentren, Schulpsychologie,
psychosozialen und sozialpsychiatrischen Diensten, Spitälern,
Exekutive, Rettung, etc.**

**Abbau von Schwellenängsten gegenüber Einrichtungen
der öffentlichen Hand**



RAT auf Draht

TELEFONBERATUNG

147, rund um die Uhr,
österreichweit, kostenlos,
anonym

CHATBERATUNG

Montag, Dienstag, Freitag
18 - 19 Uhr
Mittwoch, Donnerstag
18 - 20 Uhr

CHATERIA SPECIALE

Montag, Dienstag, Freitag
19 - 21 Uhr

PEERBERATUNG

Mittwoch 18 - 20 Uhr

WEBSITE INFOS

www.rataufdraht.at

FACEBOOK INFO-FEED

fb.com/rataufdraht

INSTAGRAM INFO-FEED

@147rataufdraht

YOUTUBE KANAL

@RataufDraht147

TIKTOK

@rataufdraht147

**Bevor Sorgen
zu Krisen werden**

2025 Das Beratungsjahr

Kinder und Jugendliche haben mehr Redebedarf denn je.

Die Vielfalt der Themen, über die sie sprechen möchten, hat sich ganz besonders in den letzten Jahren stark vergrößert.



Im Jahr 2025 gab es insgesamt
45.317 Anfragen von Hilfesuchenden
an Rat auf Draht.



39.569

mal wurde der **Notruf 147** kontaktiert

Davon gab es neben der Aufklärung
über unser Angebot und einem
ersten Beschnuppern

34.575

telefonische Beratungen



4.894
Chat Beratungen



davon 4.013 im regulären Chat,
507 im BMB-Themenchat Chateria Speciale
und 374 im Peer-Chat

141 Anfragen zum
Thema **vermisste Kinder**

713 Beratungen auf der
Schulpsychologie Hotline

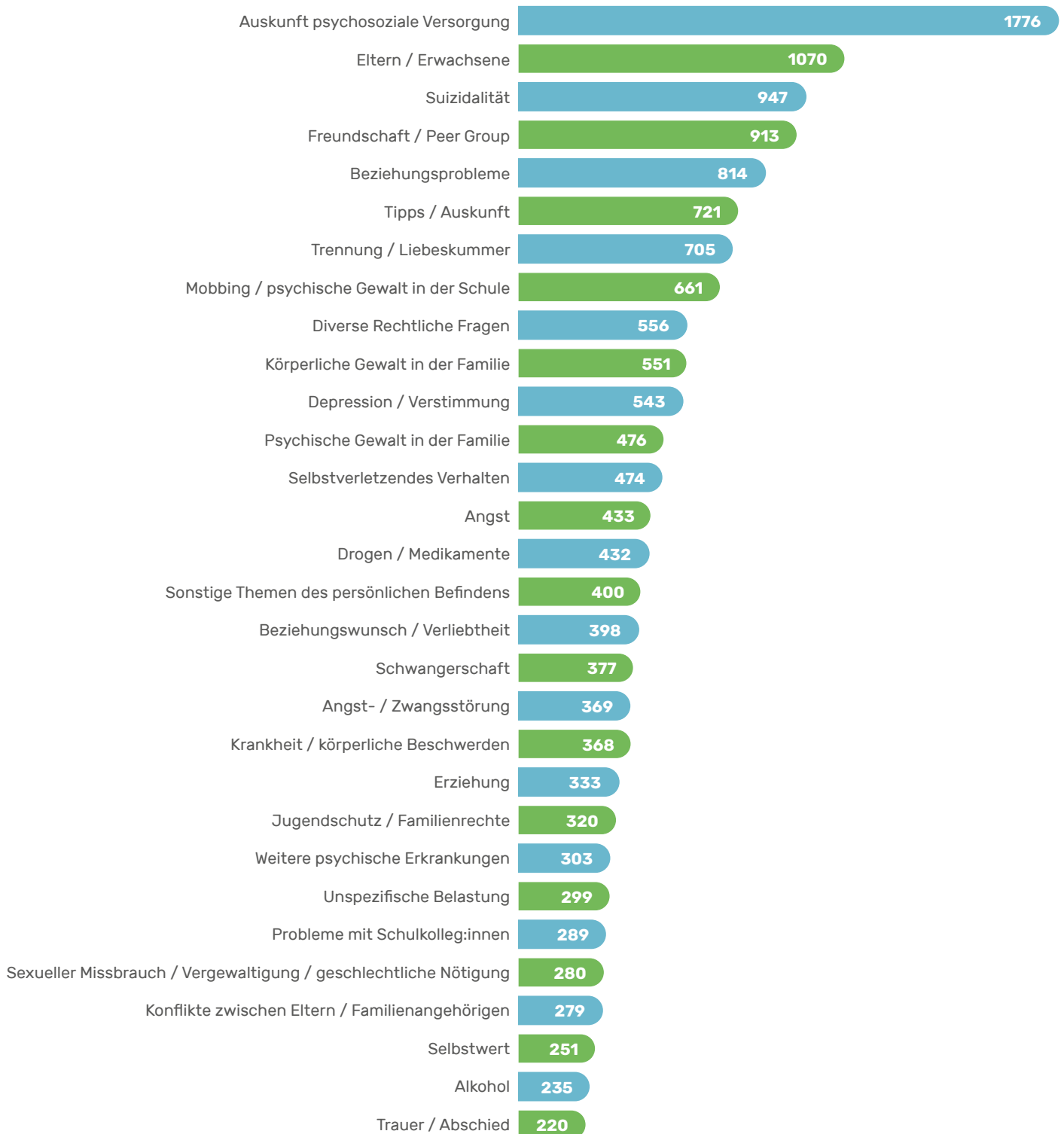
174 zusätzliche Anfragen
zu **Trusted Flagger**



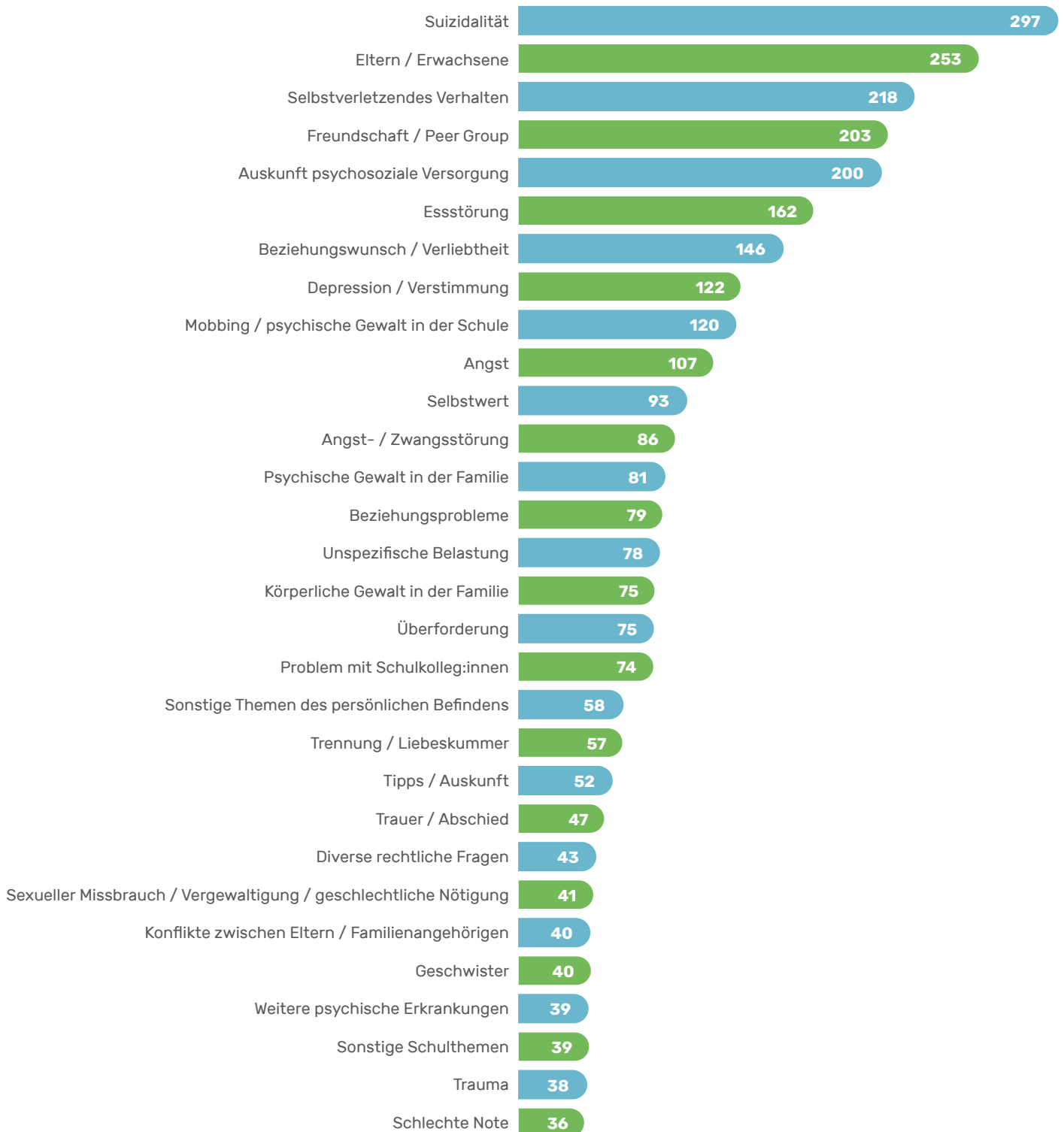
1.750.201

Aufrufe der Website **www.rataufdraht.at**

Top 30 Themen der Telefonberatung



Top 30 Themen der Chatberatung



Beispiele aus dem Beratungsalltag



Soziale Beziehungen & Sexualität

28 BERATUNGEN / TAG



Eine Anrufer:innengruppe macht sich Sorgen um eine Freundin, die sich immer mehr zurückzieht und bei der sie eine Essstörung befürchten. Sie nimmt immer mehr ab und äußert sich sehr abwertend über ihr eigenes Aussehen. Die Anrufer:innen haben schon ChatGPT gefragt, wie sie der Freundin gut helfen können und haben den Input bekommen, sich bei Rat auf Draht zu melden. In der Beratung wird besprochen, wie sie der Freundin ihre Sorgen mitteilen, welche erwachsenen Vertrauenspersonen sie einbinden und wie sie auch auf ihre eigenen Grenzen achten können. Es werden passende Artikel der Homepage sowie Beratungsstellen vor Ort weitergegeben bzw. angeboten, dass sich die Freundin direkt in der Beratung melden kann.

Die chattende Person macht sich Gedanken über die eigene Geschlechtsidentität und möchte den Chat nutzen, diese Gedanken zu teilen. Die Person hat sich bisher darüber noch niemandem anvertraut und ist sehr erleichtert, hier offen reden zu können. Die Beraterin gibt eine Beratungsstelle vor Ort weiter und es wird über die Möglichkeit gesprochen, sich bei dieser Stelle zu informieren, wo in der Nähe man sich in geschütztem Rahmen mit Menschen in einer ähnlichen Lebenslage austauschen kann.

Lara* (17) meldet sich aufgewühlt. Sie befürchtet schwanger zu sein. Nach einer Verhütungspanne ist ihre Menstruation noch nicht gekommen. Einen Schwangerschaftstest hat die Anruferin bisher nicht gemacht. Im Beratungsgespräch geht es um Entlastung, Stabilisierung und ein Besprechen der nächsten Schritte zu einer Abklärung (Schwangerschaftstest machen, Termin bei dem oder der Gynäkolog:in vereinbaren). Weiters werden Vertrauenspersonen vor Ort definiert, die für die Anruferin da sein können und es wird thematisiert, welche Möglichkeiten die Anruferin hat, sollte sie tatsächlich schwanger sein. Der Berater gibt zudem passende Stellen zur Begleitung und Unterstützung vor Ort weiter.

Der Anrufer ist sehr traurig, weil eine seiner Bezugspersonen verstorben ist. Die Beraterin validiert die aufkommenden Gefühle und bietet Raum zur Entlastung. Es wird in der Beratung darüber gesprochen, wie der Anrufer seine Trauer ausdrücken kann und möchte. Weiteres Thema sind Trauerrituale und mit welchen Vertrauenspersonen er vor Ort sprechen kann. Die Beraterin vermittelt zusätzlich die Perspektive, dass auch mit all der Trauer bei den Gedanken an die verstorbene Person, die schönen und verbindenden Erinnerungen einen tröstlichen Aspekt haben können.

*Alle angeführten Namen sind frei erfunden.
Anonymität ist ein Grundpfeiler von Rat auf Draht.
Die hier dargestellten Fallgeschichten stehen exemplarisch für die individuellen Krisen, mit denen sich Kinder, Jugendliche & Bezugspersonen an Rat auf Draht wenden.

Körper & Gesundheit

16 BERATUNGEN / TAG



Felix* (16) erzählt, dass er regelmäßig Nikotinbeutel verwendet. Er möchte eigentlich damit aufhören, aber es fällt ihm schwer, da viele seiner Freunde auch Nikotinbeutel nehmen. In der Beratung werden seine Gründe fürs Aufhören erarbeitet, es wird zum Thema Sucht und zu gesundheitlichen und rechtlichen Aspekten aufgeklärt und darüber gesprochen, was Felix* in Gruppensituationen helfen kann.

Ein Chatter (15) erzählt, dass er unglücklich ist. Er meint, er bekommt nichts so wirklich auf die Reihe und alle anderen tun sich leicht und machen alles besser. Im Laufe des Chats gelingt ein Reflektieren darüber, was zu diesen Eindrücken führen könnte und ein Hinterfragen dieser. Am Ende kann der Chatter ein bisschen klarer sehen, was ihm eigentlich schon alles gut gelingt.

Emma* (14) hat sich länger nicht mehr selbst verletzt, gerade aber wieder einen starken Drang danach. Im Beratungsgespräch wird exploriert, was zu dem Drang geführt hat, was sie bereits an hilfreichen Strategien in der Vergangenheit erarbeitet hat und besprochen, was für heute etwas entlastend und erleichternd ohne Verletzung ist. Thema ist auch, wie sie mit ihrer unterstützenden Fachperson vor Ort über heute reden kann.

Gewalt

6 BERATUNGEN / TAG



Ein Anrufer (18) meldet sich aufgeregt. Er hat online jemanden kennengelernt und intime Bilder mit der Person ausgetauscht. Jetzt wird er von dieser mit der Behauptung erpresst, dass seine Bilder weitergesendet würden, wenn er kein Geld schicke. Der Berater klärt über Sextortion (Erpressung mit Nacktbildern) auf und vermittelt wichtige nächste Schritte: etwa nicht zu zahlen, aus dem Kontakt zu gehen, die Person zu melden und zu blockieren und die Möglichkeit einer Anzeige. Es wird auch ein Tool genannt, das eventuell eine Veröffentlichung auf bestimmten Plattformen verhindern kann. Weiters wird über die Meldemöglichkeit über Rat auf Draht als Trusted Flagger informiert und die passenden Artikel der Homepage weitergegeben.

Der Chatter hat vom Amoklauf in Graz in den Medien gelesen und nun Angst, dass so etwas auch an seiner Schule passieren könnte. In der Beratung werden die Emotionen validiert und es wird vermittelt, dass solche Gewalttaten glücklicherweise die Ausnahme sind. Thema ist auch, warum es wichtig ist und wie es gelingen kann, sich bewusst Auszeiten von den Berichterstattungen zu nehmen. Es wird weiters darüber geschrieben, mit welchen Vertrauenspersonen der Chatter über seine Ängste und Gedanken sprechen kann.

* Namen geändert

Allgemeine Themen & Rechtliches

13 BERATUNGEN / TAG



Der Anrufer hat Fragen zur Stellung und wie er den Zivildienst machen kann. In der Beratung werden Infos dazu vermittelt und die zuständigen Stellen weitergegeben.

Eine Jugendliche möchte mit ihrer Freundin in einem anderen Bundesland ausgehen und will wissen, wie lang sie ausbleiben dürften. Der Berater informiert über das Jugendschutzgesetz des Bundeslandes.

Die Anruferin (19) wurde eben nach einem heftigen Streit von den Eltern rausgeworfen. Sie ist verzweifelt und weiß nicht, wohin sie gehen soll. Im Beratungsgespräch wird Raum für Emotionen gegeben, kurzfristige Möglichkeiten zur Übernachtung besprochen (andere Familienmitglieder, Freund:innen, Notschlafstelle) und es werden auch Stellen vor Ort für weiterführende Unterstützung weitergegeben.

Ausbildung, Schule & Beruf

8 BERATUNGEN / TAG



Marie* wird bald umziehen und in eine neue Klasse kommen. Sie macht sich Sorgen, keine Freund:innen zu finden und fragt sich, wie sie als neue Mitschülerin auf die anderen zugehen kann. In der Beratung werden Ideen besprochen, wie sie mit den neuen Klassenkolleg:innen in Kontakt kommen kann und es werden Formulierungsideen für einen Gesprächsstart gesammelt.

Es meldet sich **eine Mutter**, die verzweifelt beschreibt, dass ihr Sohn (12) in letzter Zeit nicht in die Schule gehen mag. Sie hat schon alles Mögliche probiert und es wird jeden Tag schlimmer. Aktuell verweigert er den Schulbesuch ganz. Im Beratungsgespräch wird die Situation genauer exploriert, erarbeitet, wie die Mutter versuchen kann, mit dem Sohn ins Gespräch zu kommen und die Schulpsychologie vor Ort weitergegeben.

Niklas* (20) studiert und hat einen Teilzeitjob. Er beschreibt einen hohen Leistungsdruck und viel, was er zusätzlich zu Studium und Job übernimmt. Der Anrufer ist gestresst und findet kaum Zeit, um runterzukommen und zu entspannen. Die Beraterin bietet Raum zur Entlastung, es werden Hauptstressoren identifiziert und erste Schritte überlegt, wie etwas mehr Entschleunigung Platz haben kann.

* Namen geändert

Unsere Tätigkeit als Trusted Flagger

Rat auf Draht wurde im Jahr 2024 als vertrauenswürdiger Hinweisgeber (Trusted Flagger) für rechtswidrige Inhalte auf Onlineplattformen im Rahmen des europäischen Digital-Services-Act (DSA) zertifiziert.

Im Jahr 2025 hat unsere Tätigkeit als Trusted Flagger einiges an Fahrt aufgenommen. Ein wichtiges Anliegen war es, für Kinder und Jugendliche eine einfache und leicht zugängliche Möglichkeit einzurichten, mit der problematische Beiträge oder Kommentare an das Team herangetragen werden können. Dies wurde mit einem einfachen Meldeformular auf der Webseite umgesetzt.

WIE FUNKTIONIERT DER MELDEVORGANG?

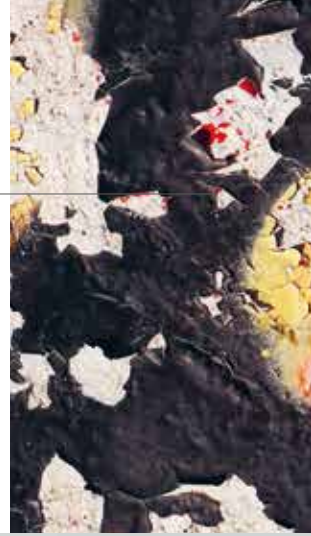
- Über das Meldeformular auf der Rat auf Draht Webseite kann die URL eines potentiell rechtswidrigen Beitrags oder Kommentars geschickt werden.
- Mitarbeiter:innen von Rat auf Draht überprüfen die gemeldeten Beiträge in Bezug auf ihre Rechtswidrigkeit.
- Rechtswidrige Beiträge werden von Rat auf Draht bei der Onlineplattform in einer von der jeweiligen Plattform eigens eingerichteten Meldemöglichkeit für Trusted Flagger gemeldet.
- Die Onlineplattformen sind im Rahmen des DSA verpflichtet, vertrauenswürdige Hinweisgeber über die ergriffenen Maßnahmen zu informieren.
- Rat auf Draht informiert die Melder:innen über das Ergebnis der Meldung per Mail.

Rechtswidrige Online-Inhalte können für Betroffene mit starkem Leidensdruck und psychischer Belastung einher gehen. Daher ist es für Rat auf Draht ein wichtiges Anliegen, auf die Möglichkeit einer begleitenden Unterstützung durch die Beratungsangebote im Rahmen der Anfragen hinzuweisen.

WOFÜR BRAUCHT ES TRUSTED FLAGGER?

Als Trusted Flagger unterstützt Rat auf Draht bei der rechtlichen Einordnung eines problematischen Online-Inhalts. Die bisherigen Erfahrungen zeigen, dass viele Nutzer:innen von Online-Plattformen sich nicht sicher sind, ob gewisse Inhalte rechtswidrig sind oder gegen die Nutzungsbedingungen der Plattformen verstoßen. Auch der Aufbau der Meldemöglichkeiten für User:innen auf Onlineplattformen ist für viele junge Menschen zu komplex gestaltet. Einige Plattformen erwarten sich im Rahmen eines Meldevorgangs die Zuordnung zu einem Gesetz, gegen das mit dem gemeldeten Inhalt verstoßen wird. Dies ist insbesondere für Jugendliche zu überfordernd gestaltet.

Des Weiteren besteht für Online-Plattformen mit dem Digital Service Act nun eine europaweite gesetzliche Verpflichtung, auf Meldungen der Trusted Flagger zeitnah zu reagieren. Davor hatten viele User:innen die Erfahrung gemacht, dass auf gemeldete Inhalte nicht reagiert wurde oder problematische Inhalte nicht entfernt wurden. Solche





Erfahrungen können dazu führen, dass User:innen problematische Inhalte auf Online-Plattformen gar nicht mehr melden, wenn sie die Erwartung haben, dass die Plattform nicht angemessen reagiert. Die gesetzliche Verankerung ermöglicht es, die Plattformen bei der Entfernung rechtswidriger Inhalte besser in die Pflicht zu nehmen.

DIE ERGEBNISSE DER TÄTIGKEIT ALS TRUSTED FLAGGER IM JAHR 2025

Insgesamt wurden **174** problematische Inhalte auf Online-Plattformen gemeldet, von denen **64** Inhalte als rechtswidrig eingestuft und gemeldet wurden.

GUTER ERFOLG BEIM MELDEN RECHTSWIDRIGER INHALTE

Im ersten Jahr als Trusted Flagger zieht Rat auf Draht eine positive Bilanz. So konnte bei dem überwiegenden Großteil der von uns gemeldeten Inhalte eine Entfernung bei den Online-Plattformen erreicht werden. Einige Melder:innen teilten mit, dass sie bereits selbst versucht hatten, die Online-Inhalte bei der Plattform zu melden, jedoch keine Entfernung erzielen konnten. Als vertrauenswürdiger Hinweisgeber erwirkte Rat auf Draht in vielen dieser Fälle dann doch eine Entfernung. Dies zeigt, dass viele Plattformen die Tätigkeit der Trusted Flagger ernst nehmen, aber auch, dass viele User:innen von Online-Plattformen die Unterstützung der Trusted Flagger benötigen.

MELDUNGEN BEI ONLINEPLATTFORMEN ALS TRUSTED FLAGGER

TikTok:	Gemeldete Inhalte 24, Entfernte Inhalte 20, Nicht entfernte Inhalte 4 Thema der Meldungen Gewaltverherrlichung (17x), Beleidigung (3x), Nationalsozialistische Inhalte (2x), Erpressung mit Nacktbildern (1x), Cyber-Mobbing (1x)
Instagram:	Gemeldete Inhalte 17, Entfernte Inhalte 17, Nicht entfernte Inhalte 0 Thema der Meldungen Erpressung mit Nacktbildern (16x), Cyber-Mobbing (1x)
Discord:	Gemeldete Inhalte 15, Entfernte Inhalte 12, Nicht entfernte Inhalte 3 Thema der Meldungen Missbrauchsdarstellungen von Minderjährigen (CSAM) (9x), Schädliche Inhalte im Sinne des Jugendschutzes (3x), Missbräuchliche Veröffentlichung intimer Bilder (2x), Erpressung mit Nacktbildern (1x)
Telegram:	Gemeldete Inhalte 2, Entfernte Inhalte 0, Nicht entfernte Inhalte 2 Thema der Meldungen Erpressung mit Nacktbildern (2x)
Google-Suchmaschine:	Gemeldete Inhalte 1, Entfernte Inhalte 1, Nicht entfernte Inhalte 0 Thema der Meldung Nationalsozialistische Inhalte (1x)
Reddit:	Gemeldete Inhalte 1, Entfernte Inhalte 1, Nicht entfernte Inhalte 0 Thema der Meldung Missbrauchsdarstellungen von Minderjährigen (CSAM) (1x)
Facebook:	Gemeldete Inhalte 1, Entfernte Inhalte 1, Nicht entfernte Inhalte 0 Thema der Meldung Erpressung mit Nacktbildern (1x)
Roblox:	Gemeldete Inhalte 1, Entfernte Inhalte 1, Nicht entfernte Inhalte 0 Thema der Meldung Verhetzung (1x)
YouTube:	Gemeldete Inhalte 1, Entfernte Inhalte 0, Nicht entfernte Inhalte 1 Thema der Meldung Gewaltverherrlichung (1x)
Snapchat:	Gemeldete Inhalte 1, Entfernte Inhalte 1, Nicht entfernte Inhalte 0 Thema der Meldung Erpressung mit Nacktbildern (1x)

Graz

Orientierung im kollektiven Ausnahmezustand

Extremsituationen – wie der Amoklauf in Graz 2025 – erfordern eine Kommunikation, die nicht nur informiert, sondern auch stabilisiert und verbindet.

Rat auf Draht zeigt exemplarisch, wie Beratung, Öffentlichkeitsarbeit und Krisenmanagement Hand in Hand gehen - von täglichen Sorgen bis zu kollektiven Schockerlebnissen.

Gerade in diesen Zeiten suchen Betroffene – Kinder, Jugendliche, Eltern und Lehrpersonen – nach Halt, Antworten und Vertrauen. Die mediale Flut kann überwältigend wirken und Unsicherheit erzeugen. Durch die ständige Präsenz in klassischen und sozialen Medien wird ein lokales Extremereignis rasch zu einem kollektiven Erleben: Bilder, Kommentare, Spekulationen verbreiten sich in Echtzeit, besonders über Social Media, sie erreichen junge Menschen ungefiltert und emotional aufgeladen.

Erwachsene Bezugspersonen möchten in solchen Momenten stark genug sein, um Kinder und Jugendliche zu schützen und zugleich ehrlich bleiben. Doch viele geraten selbst an ihre Grenzen. Der Anspruch, „das Schiff durch den Sturm zu steuern“, überfordert oft – zumal Ängste, Schuldgefühle, Schlaflosigkeit oder das Gefühl der Ohnmacht in solchen Ausnahmesituationen völlig normale Reaktionen sind. Auch Menschen, die nicht direkt betroffen sind, spüren sogenannte sekundäre Belastungen, ausgelöst durch die ständige Konfrontation mit Krisenbildern und Nachrichten. Nach dem Amoklauf in Graz zeigte sich eindrücklich, wie notwendig niederschwellige, psychosoziale Unterstützung in diesen Momenten ist. Die Nachfrage der Beratung zu diesem Extremereignis löste binnen Stunden die gewohnten Themen ab.

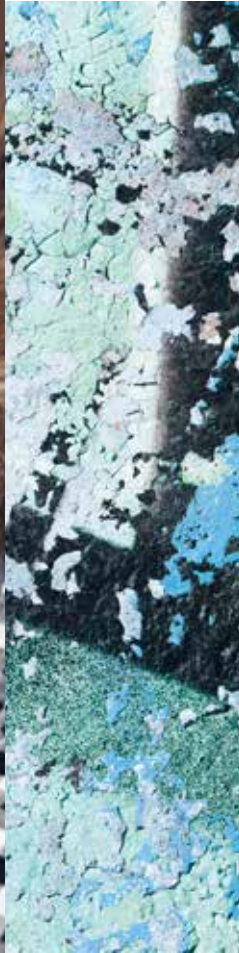
REAKTION BINNEN MINUTEN

Kinder, Jugendliche, Eltern und Lehrkräfte suchten Orientierung in der Welle aus Bildern, Meldungen und Spekulationen, die das lokale Geschehen zu einem nationalen Schockmoment machten. Rat auf Draht reagierte umgehend: Schon wenige Minuten nach Bekanntwerden des Ereignisses wurde eine Presseausendung mit Verhaltenstipps an die Medien versendet, auf Social Media mit entsprechenden Beiträgen reagiert und in weiterer Folge das Beratungsteam kurzfristig aufgestockt, um den sprunghaft gestiegenen Bedarf abzufangen.

Diese Schritte waren entscheidend, denn in solchen Phasen brauchen Betroffene schnelle Erreichbarkeit und verlässliche Anker, um valide Informationen zu erhalten, ihren Ängsten und Emotionen ohne Bewertung Raum geben zu können und das Geschehene einzuordnen. Neben dem ersten Zuhören und Dasein war dabei vor allem der psychoedukative Aspekt zentral: die Möglichkeit, Unausprechliches in Worte zu fassen, Gefühle zu verstehen und teilen zu können – in dem Wissen, dass am anderen Ende jemand ist, der die Dynamik solcher Krisen kennt und vertrauensvoll durch die emotionale Ausnahmesituation führt. Diese Form von Gespräch bietet Halt, wenn Sprache und Orientierung für einen Moment verloren gehen, und ermöglicht, das Erlebte behutsam einzuordnen.

Gleichzeitig war Rat auf Draht in der öffentlichen Kommunikation deutlich sichtbar. Als Ruhepol in der stürmischen Nachrichtenlage traten erfahrene Fachpersonen von „Rat auf Draht“ in unterschiedlichen Formaten auf – in Interviews (Live/Print/Radio), in Expert:innenrunden und auch in den sozialen Medien.





Diese Präsenz war weit mehr als reine Öffentlichkeitsarbeit – sie war psychosoziale Verantwortung in Echtzeit. Mit Ruhe, fachlicher Kompetenz und spürbarer Empathie gelang es, Zuversicht auszustrahlen und Vertrauen zu schaffen – ein wesentliches Element der Krisenkommunikation. Sie gaben Orientierung, erklärten psychologische Reaktionen in Krisen, vermittelten einfache Bewältigungsschritte und zeigten zugleich empathische Nähe. So wurde „Rat auf Draht“ in den Tagen nach dem Amoklauf zu einer verlässlichen, menschlich greifbaren Stimme im medialen Lärm – und zu einem Symbol für Stabilität in einer emotionalen Ausnahmesituation.

Im Zeitalter der sozialen Medien und Echtzeitinformationen galt es auch, durch Videoinhalte mit zentralen Botschaften proaktiv Jugendlichen auf ihren Endgeräten auf Augenhöhe zu begegnen. Durch nahbare und empathische Videoinhalte konnten Gemeinschaft sowie Solidarität gefördert und emotional Betroffenen dabei geholfen werden, handlungsfähig zu bleiben. Digitaler Content, der schnell weiterverbreitet werden konnte, bot inmitten einer unübersichtlichen Nachrichtenlage einen verlässlichen Anker und ermöglichte jungen Menschen Orientierung sowie konkrete Unterstützung.

BRÜCKENFUNKTION

Rat auf Draht übernimmt eine Brückenfunktion zwischen Erstreaktion und weiterführender Versorgung: Durch anonyme Gespräche, empathische Begleitung und gezielte Wissensvermittlung, damit aus akuten Belastungen keine langfristigen seelischen Folgen werden. Grundlage dafür ist die jahrzehntelange Erfahrung in Krisenkommunikation und das fundierte Wissen ausgebildeter Fachkräfte, die es gewohnt sind, in Ausnahmesituationen mit besonders vulnerablen Zielgruppen zu arbeiten. Sie wissen, welche Worte Halt geben, wie man Orientierung vermittelt und Unsicherheit in verstehbare Schritte übersetzt. So entsteht ein erster geschützter Raum, der Sicherheit vermittelt, Mut fördert und dazu befähigt, Unterstützung anzunehmen, eigene Selbstwirksamkeit zu erleben sowie persönliche Resilienz zu stärken und auszubauen.



260.000+

User:innen konnten wir mit unseren Social Media Inhalten zu dieser Ausnahmesituation empathisch Orientierung vermitteln.



Unser Onlineartikel „**Amoklauf in der Schule**“ wurde

6.000+

Mal geklickt.

Kommunikation in Extremsituationen

Halt finden, wenn alles wankt

Die Corona-Pandemie, der Terroranschlag in Wien 2020, die Hochwasserkatastrophe 2024 und der Amoklauf in Graz 2025 erschütterte nicht nur direkt Betroffene in Österreich, sondern ganze Gesellschaften.

Sie zeigen, wie eng eigenes Sicherheitsempfinden, öffentliche Kommunikation und psychosoziale Versorgung verflochten sind. Gute Krisenkommunikation entscheidet unter anderem darüber, ob Menschen sich gesehen, gut orientiert und handlungsfähig – oder verunsichert, allein gelassen und überfordert fühlen.

BALANCE AUS SICHERHEIT UND OFFENHEIT

In Extremsituationen ist die Balance entscheidend, um Kindern und Jugendlichen Orientierung zu geben. Sicherheit signalisiert: „Du bist nicht allein, wir kümmern uns um dich.“ Offenheit zeigt: „Deine Gefühle und Fragen sind in Ordnung.“ Aus dieser Verbindung entsteht Vertrauen – die Basis stabilisierender Kommunikation nach belastenden Erlebnissen.

Quelle: Culen, Caroline & Marboe, Gollí (2025). „Jugend unter Druck – Wie Mental Health gefördert und gestärkt werden kann“

TYPISCHE REAKTIONEN BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN

Kinder und Jugendliche reagieren auf belastende Ereignisse unterschiedlich: Angst, Wut, Trauer oder Schuldgefühle, Grübeln, Misstrauen oder der Verlust von Sicherheit und Sinn sind häufig. Auch das Verhalten kann sich verändern – Rückzug, Gereiztheit, Schlaf- oder Konzentrationsprobleme treten auf. Körperlich zeigen sich oft Unruhe, Herzrasen, Übelkeit oder Schmerzen. Stärke und Dauer solcher Reaktionen hängen von Alter, Reife, Belastungen und familiärer Sicherheit ab.

HERAUSFORDERUNGEN

Kinder und Jugendliche können komplexe Ereignisse noch schwer emotional einordnen. Gleichzeitig erreichen sie belastende Informationen über Social Media nahezu in Echtzeit – das verstärkt Alarmbereitschaft. In einer Welt der „Krisennormalität“, in der Bedrohungen allgegenwärtig scheinen, kann ihr Sicherheitsgefühl nachhaltig beeinträchtigt werden.

RUHE BEWAHREN & PRÄSENT SEIN

Kinder orientieren sich an der emotionalen Stabilität der Bezugspersonen. Sicherheit vermitteln: „Hier bist du sicher, wir Erwachsenen kümmern uns darum, dass ...“

BEZIEHUNGS- & KOMMUNIKATIONS-QUALITÄT

BELASTUNGEN BENENNEN

„Ja, das ist etwas sehr Schlimmes. Viele Menschen fühlen sich jetzt traurig oder haben Angst.“

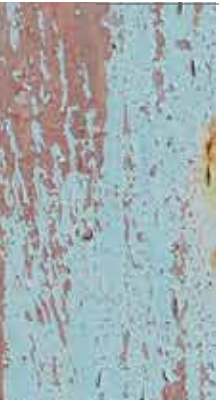
EHRlich, ABER DOSIERT & ALTERSGERECHT INFORMIEREN

Ausweichen und / oder Beschönigen untergraben das Vertrauen.

FRAGEN ERNST NEHMEN

Jegliche Fragen, auch „naive“, sind Verarbeitungsversuche.





ALTERSGERECHTE KRISENKOMMUNIKATION

Ehrliche, altersgerechte Kommunikation durch vertraute Bezugspersonen hilft, Sorgen abzufangen und Unsicherheiten zu mindern. Wichtig ist, nur gesicherte Informationen weiterzugeben, sowie Spekulationen zu vermeiden. Die Bedürfnisse unterscheiden sich je nach Alter deutlich.

Jüngere Kinder (ca. 3-6 Jahre)

Kleine Kinder spüren Belastungen, können sie aber nicht einordnen. Eine einfache Erklärung wie: „Ich bin traurig, weil etwas passiert ist – du bist sicher“ kann Ängste verringern. Routinen beibehalten (Essen, Vorlesen, Einschlafrituale). Kontakte zu vertrauten Personen ermöglichen, Fragen ehrlich, aber kurz beantworten. Akzeptieren, wenn das Kind unbeeindruckt wirkt – Beobachten statt Drängen.

Volksschulkinder (6-10 Jahre)

Hier zählt emotionale Sicherheit. Erklärungen sollten einfach und konkret sein, z. B.: „Es gab ein Unwetter, aber viele helfen jetzt.“ Vergleiche („Die Welt ist meistens sicher“) geben Halt. Feste Routinen erhalten. „Sorgenbox“ nutzen: Belastendes aufschreiben oder malen. Austausch mit Freund:innen fördern. Nachfragen, was das Kind weiß und behutsam ergänzen.

Jugendliche (11-18 Jahre)

Jugendliche brauchen Tiefe, Eigenverantwortung und Mitsprache. Gespräche sollten faktenbasiert und respektvoll geführt werden – etwa: „Das sind die offiziellen Informationen, das wird geprüft.“ Sie profitieren davon, eigene Meinungen zu bilden und Social-Media-Inhalte kritisch zu prüfen. Raum für ambivalente Gefühle lassen. Gemeinsame Medienanalyse anregen. Solidarische Handlungen fördern (z. B. Schulaktionen). Über Resilienz sprechen: „Was hilft mir, wenn ich mich überfordert fühle?“

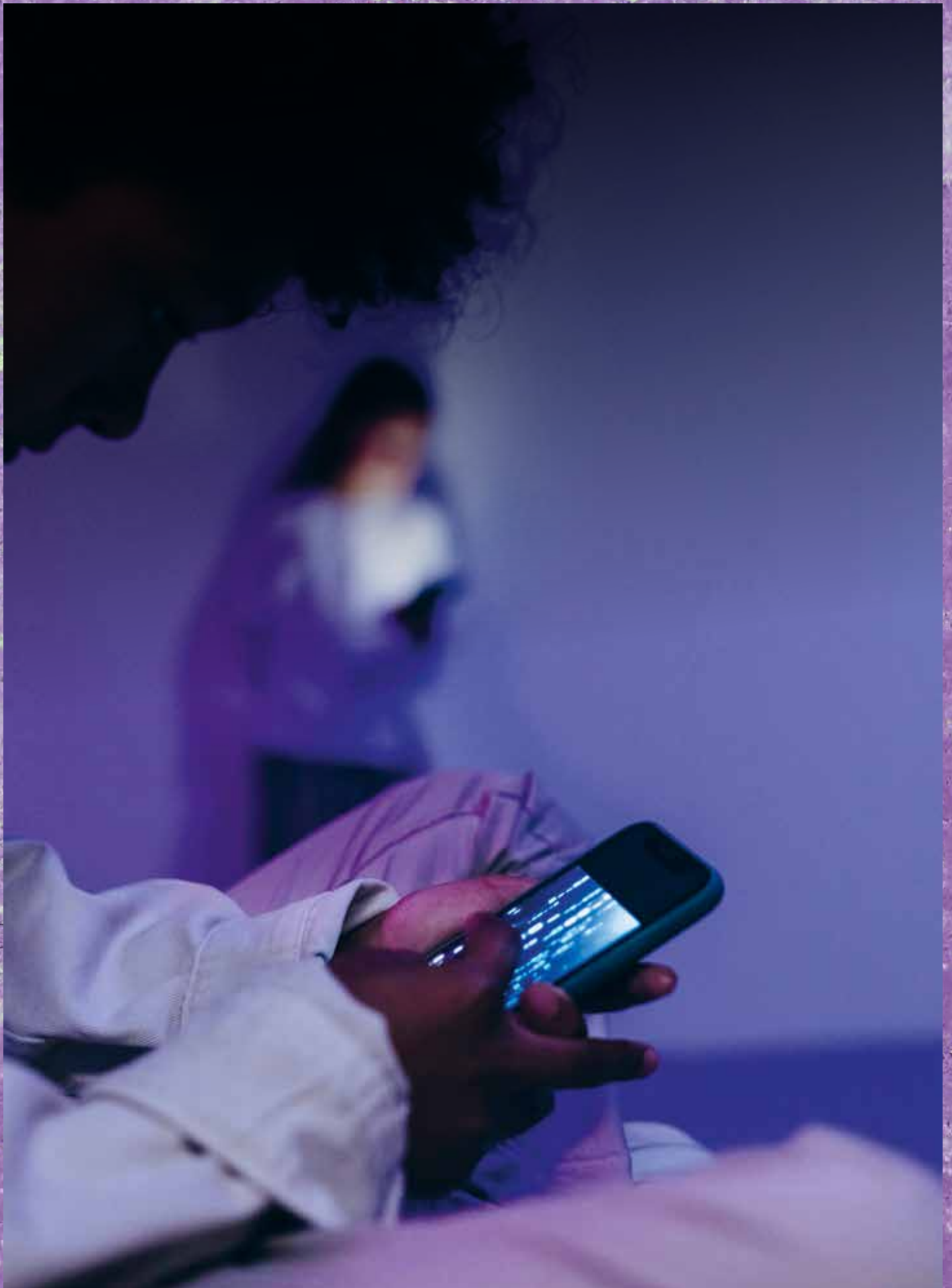
VORBILD UND RESILIENZ DER ELTERN

Eltern geben Halt, indem sie ihre eigene Resilienz stärken – ihr Verhalten wirkt direkt auf Kinder und Jugendliche. Ruhiges Auftreten, offene Gespräche und das authentische Teilen eigener Gefühle („Ich bin traurig, aber wir schaffen das zusammen“) vermitteln Stärke und emotionale Sicherheit. Feste Routinen, bewusster Medienumgang, gelebte Solidarität und Selbstfürsorge fördern die Widerstandskraft der ganzen Familie. Professionelle Unterstützung anzunehmen zeigt, dass Hilfe suchen normal ist.

KOMMUNIKATION ALS SCHUTZRAUM

In Krisenzeiten wird Kommunikation zu Beziehungsarbeit unter Druck: Ehrliche, verlässliche Worte schaffen Vertrauen und wirken wie ein Anker gegen Angst und Ohnmacht. So entsteht ein schützender Raum, in dem Kinder Zuversicht und Verbindung erfahren – auch wenn die Situation unsicher bleibt.





Zwischen Algorithmus und Alltag

Unser Jahr in den sozialen Medien

Soziale Medien sind ein fester Bestandteil der Lebenswelt von Kindern und Jugendlichen. Informationsquelle, Treffpunkt für Austausch, Unterhaltungsmöglichkeit und Ort der Selbstfindung, aber auch eine Risikoquelle für Überforderung, Vergleichsdruck und Unsicherheiten. Die Social Media Präsenz von Rat auf Draht ist daher ein zentraler Bestandteil der Präventionsarbeit.

Durch verständliche, empathische und lebensnahe Video- und Informationsinhalte werden Kinder und Jugendliche in ihrer Lebensrealität gestärkt, für Risiken sensibilisiert und dazu ermutigt, Hilfe in Anspruch zu nehmen. Ziel ist es, frühzeitig da zu sein, wenn Unterstützungsbedarf aufkommt, noch bevor sich Belastungen oder Krisen zuspitzen.

Aktuelle Diskussionen rund um das Nutzungsverhalten von jungen Menschen im digitalen Raum zeigen wie wichtig Medienkompetenz, Orientierung und Begleitung sind. Besonders jetzt, wo KI-generierte Inhalte, durch Algorithmen verstärkte Trends und eine neue Art von Deepfakes ihren Einzug in den Alltag halten. Teil der Präventionsarbeit von Rat auf Draht ist es, Jugendliche zu befähigen, das Internet sicher, informiert und reflektiert zu nutzen.

Beispielhaft dafür konnten heuer durch zahlreiche Kooperationen mit Organisationen, Expert:innen und Initiativen, realitätsnahe Informationen und Angebote niederschwellig zugänglich gemacht werden. Als Drehscheibe der psychosozialen Versorgungslandschaft möchte Rat auf Draht Vernetzung ermöglichen und jungen Menschen passende Hilfsangebote vorstellen.

Auch im nächsten Jahr werden innovative Formate, Kooperationen und alltagsnahe Inhalte niederschwellige Unterstützung schaffen, Orientierung bieten und Vertrauen aufbauen. Mit digitalen Entwicklungen und neuen Trends im Blick als Ausdruck des aktiven Engagements für eine Generation, die sich in einer zunehmend komplexen und digitalen Welt zurechtfinden muss.





16.600+

Follower:innen
in der Rat auf Draht Community
(+2.000 im Jahr 2025)

996.000

Aufrufe



750+

Inhalte veröffentlicht



Aktivitäten

in chronologischer
Reihenfolge:

1. Videokooperation mit Safer Internet
2. Videokooperation mit pathfindr
3. Kooperation mit Viktoria Schnaderbeck
4. Solidarität mit Graz #togetherforgraz
5. Regenbogenparade Wien
6. 147 Notruftag Spendenaktion
7. Kooperation mit @orpflichtinsdunkel
8. Videokooperation mit der Kinder- und Jugendanwaltschaft Wien #kinderrechteimalltag

Beliebtste Beiträge

The infographic displays five popular posts from Graz, each held by a stylized hand. Each post is accompanied by a '1. PLATZ' badge and a QR code. The posts are:

- Instagram:** A post with the Instagram icon and a '1. PLATZ' badge.
- Facebook:** A post with the Facebook 'f' icon and a '1. PLATZ' badge.
- YouTube:** A post with the YouTube play button icon and a '1. PLATZ' badge.
- Twitter:** A post with the text 'SCHOCKIERENDE NACHRICHTEN' and a QR code.
- Instagram (Text):** A post with the text 'Die Nachrichten aus Graz sind schwer zu begreifen. Sie können diese Gefühle auslösen. Werlichst Sie die TRAUERIG, WUTEND, VERÄUNGSCHEIT oder du fühlst dich dabei. Bist du dich das nicht mehr passiert. Mirs daran ist vererbt und okay.' and a QR code.
- YouTube (Video):** A post with a video thumbnail of a woman holding a cup, with the text '#togetherforgraz' and a QR code.
- YouTube (Text):** A post with the text 'DONTRENDIG Eine SCHWERIGE FÜR DICH?' and a QR code.

Chateria Speciale

Digitale Chat-Beratung für Schüler:innen

Bildungsministerium baut Kooperation mit Rat auf Draht aus und setzt auf psychische Gesundheit.

Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen rückt stärker in den Fokus des Bildungsministeriums. Deshalb wurde im September 2025 die Zusammenarbeit mit Rat auf Draht ausgebaut und noch stärker auf die Zielgruppe der Schüler:innen zugeschnitten.

CHAT-CAFÉ & INDIVIDUELLE CHAT-ANGEBOTE

Ergänzend zur bereits vom Rat auf Draht-Team übernommenen Schulpsychologie-Hotline 0800 211 320 und der Online-Videoberatung speziell zu Schulthemen auf elternseite.at, gibt es für Schüler:innen seit September 2025 das digitale Chat-Café für mentale Gesundheit „Chateria Speciale“. Mit der themenspezifischen Online-Chatberatung direkt bei Rat auf Draht steht ein niederschwelliges und anonymes Beratungsformat zur Verfügung. An drei Abenden pro Woche – jeweils Montag, Dienstag und Freitag von 19 bis 21 Uhr – können sich Schüler:innen individuell zu Schule, Mobbing(-prävention) und mentale Gesundheit online beraten lassen.

Gerade Jugendliche suchen oft einen anonymen und unkomplizierten Zugang zu Beratung, wenn es um Sorgen rund um ihre psychische Gesundheit geht. Mit der themenspezifischen Online-Chatberatung wird ein zusätzliches, niedragschwelliges Angebot genau dort angeboten, wo sich die Lebensrealität junger Menschen heutzutage sehr stark befindet – im digitalen Raum. „Es freut uns sehr, gemeinsam mit dem Bildungsministerium dieses Unterstützungsnetz weiter auszubauen und für Schüler:innen da zu sein, wenn sie Hilfe oder einfach ein offenes Ohr benötigen“, sagt Birgit Satke, Leiterin des Beratungsteams von Rat auf Draht und ergänzt:

„Wie wir aus unseren Beratungsgesprächen wissen, sind Mobbing und Cybermobbing Herausforderungen, die viele junge Menschen beschäftigen. Im Schnitt melden sich drei Jugendliche pro Tag zu dieser Thematik. Darum bieten wir ihnen mit diesem Chatangebot gezielt zusätzliche Unterstützung, die wichtiger denn je ist“.

Und das Angebot wird bereits gut angenommen. In den ersten vier Monaten wurden bereits 509 Beratungen durchgeführt. Die häufigsten Themen waren:

- **Gesundheit mit 112 Beratungen:**
Suizidalität, selbstverletzendes Verhalten, Depression / Verstimmung und Essstörungen
- **Schule mit 96 Beratungen:**
Mobbing / psychische Gewalt in der Schule, Überforderung und Probleme mit Schulkolleg:innen
- **Persönliches Befinden mit 81 Beratungen:**
Freundschaft / Peer Group, Selbstwert und unspezifische Belastungen
- **Familie mit 52 Beratungen:**
Probleme mit Eltern / Erwachsenen, Konflikte zwischen Eltern / Familienangehörigen und Gebote / Verbote



116000

Jederzeit Hilfe bei vermissten Kindern

Rat auf Draht bietet als Träger der europaweit harmonisierten Hotline für vermisste Kinder unter der Rufnummer 116000 rund um die Uhr kostenlose und vertrauliche Hilfe für vermisste Kinder und deren Bezugspersonen.

Im Jahr 2025 gab es bei Rat auf Draht 141 Beratungen zum Thema vermisste Kinder. Am häufigsten suchten Jugendliche, die von zu Hause ausgerissen waren oder deren Bezugspersonen Unterstützung bei Rat auf Draht (110 Beratungen). Ein weiterer Teil der Beratungsgespräche betraf Kindesentführungen durch einen Elternteil (15 Beratungen), Kindesentziehung/-entführung durch Dritte (4 Beratungen), verloren gegangene Kinder (3 Beratungen) bzw. weitere Themen im Zusammenhang mit vermissten Kindern (9 Beratungen). Neben der Information und Reflexion von Handlungsmöglichkeiten, stehen bei vielen Beratungen auch Möglichkeiten der Konfliktklärung, Vermittlung von Unterstützungsangeboten oder die emotionale Stabilisierung von Betroffenen im Vordergrund.

Rat auf Draht ist als Mitglied des Netzwerks Missing Children Europe mit Hilfseinrichtungen für vermisste Kinder in anderen europäischen Staaten vernetzt und kann bei grenzüberschreitenden Fällen von vermissten Kindern mit diesen Einrichtungen kooperieren.

1.000 KINDERSCHUHE ALS SYMBOL DER ERINNERUNG UND HOFFNUNG

Jedes Jahr wird am 25. Mai, dem internationalen Tag der vermissten Kinder, auf das Thema und die bestehenden Unterstützungsangebote für Betroffene aufmerksam gemacht. Im Jahr 2025 hat sich Missing Children Europe anlässlich des Gedenktages eine besondere Aktion ausgedacht. Rund 1.000 Paar Kinderschuhe wurden in Form der europäischen Rufnummer 116000 für vermisste Kinder, als Symbol der Erinnerung und für Hoffnung vor dem EU-Parlament aufgestellt. Im Beisein von Verantwortungsträgern der europäischen Politik und Zivilgesellschaft wurde daran erinnert, dass mit jedem Paar Schuhe die Geschichte eines Kindes und einer Familie verknüpft ist. Eine Geschichte, die vielleicht mit Leid, Hoffnung, familiären Konflikten, Gewalt oder kriminellen Handlungen verbunden sein kann. Für betroffene Kinder, Eltern und Bezugspersonen ist es besonders wichtig Unterstützung zu erhalten, die europaweit unter der Rufnummer 116000 angeboten wird.



Wissen, das verbindet und stärkt

Wie gelingt es in einer Krisensituation Ruhe zu bewahren und die „richtigen“ Worte zu finden? Wie gelingt es, zuzuhören und gleichzeitig handlungssicher zu bleiben? Und wie schaffe ich den Spagat zwischen aktiver Unterstützung und der Stärkung der Selbstwirksamkeit meines Gegenübers? Die Berater:innen von Rat auf Draht (147 und elternseite.at) führen täglich Gespräche in Ausnahmesituationen. Über die Jahre ist dabei ein wertvoller Erfahrungsschatz in der Krisenkommunikation entstanden – Wissen, das weitergegeben wird.

Damit Kinder und Jugendliche gut in Krisen begleitet werden können, braucht es ein wachsaues und unterstützendes Umfeld. Eine gelungene Begleitung gelingt nur, wenn das gesamte System – Familie, Pädagog:innen, Bezugspersonen und alle, die mit jungen Menschen arbeiten – gemeinsam hinschaut, mutig handelt und bereit ist, dieses Handeln mit Wissen zu untermauern, das sie handlungsfähig macht. Es geht darum zu erkennen, wann es sich um eine herausfordernde Situation handelt, die mit eigenen Ressourcen bewältigt werden kann, und wann es professionelle Unterstützung braucht. Ebenso wichtig ist jene Menschen zu stärken, die täglich im Kontakt mit Kindern und Jugendlichen stehen, selbst aktiv zu werden und Handlungssicherheit zu gewinnen.

Aus diesem Verständnis heraus wird bewusst der Austausch mit verschiedenen Berufsgruppen gesucht, das Wissen weitergegeben und dorthin transferiert, wo junge Menschen

sind – in Schulen, in Workshops, online und offline. So schreiben die Rat auf Draht-Expert:innen Fachartikel zu aktuellen Themen, etwa zur Krisenkommunikation während und nach belastenden Ereignissen, schulen Pädagog:innen, unterstützen Eltern und arbeiten direkt mit Jugendlichen. Viele wissen bereits um diesen Wissensschatz und kommen auf Rat auf Draht zu – sei es, weil sie selbst einen Workshop besucht haben oder ihnen dieser empfohlen wurde. So unterstützen wir das gesamte System dabei, Krisen gemeinsam und mögliche zu erkennen – und Kinder sowie Jugendliche sicher zu begleiten.

UNSERE ANGEBOTE UND KOOPERATIONEN

Rat auf Draht bietet Workshops und Schulungen direkt an – aus einem Portfolio bewährter Angebote, die für Schulen, Elterninitiativen oder Teams ausgewählt werden können. Gleichzeitig wird eng mit Institutionen zusammengearbeitet, die sich wie wir der psychischen Gesundheit von Jugendlichen widmen – zum gemeinsamen Wissensaustausch und Aufbau stärkerer Netzwerke.





Beispiele aus dem Jahr 2025

KOOPERATION ÖSTERREICHISCHER INTEGRATIONSFONDS

Im Auftrag des Österreichischen Integrationsfonds hielten Berater:innen der Elternseite an neun Terminen Seminare mit Dolmetscherunterstützung ab. Die Seminare unterteilen sich in je ein Angebot für Männer und Frauen. Inhaltlich sind sie ähnlich aufgebaut und beschäftigen sich mit Herausforderungen in der Erziehung in einem neuen kulturellen Umfeld. Inhaltliche Schwerpunkte im Seminar sind der Umgang mit Konflikten in der Familie, mögliche Anzeichen und Hilfestellungen, wenn Kinder oder Jugendliche Probleme haben und der Umgang mit eigenen Überforderungen in der Erziehung.

KINDERRECHTE 2.0

Im Rahmen des Projekts „Kinderrechte 2.0“ (mit Unterstützung des Bundeskanzleramts – Sektion Familie und Jugend) wurden zwei Webinare zu den Themen „Kinderrechte im digitalen Raum“ und „Mobbing in der Schule“ an insgesamt sechs Terminen angeboten. Die Webinare richteten sich an die Zielgruppen Eltern („Kinderrechte im digitalen Raum“) und Pädagog:innen („Mobbing in der Schule“).

„SCHOOLBOX“ - TOOLBOX FÜR PÄDAGOG:INNEN / ONLINE-LEHRER:INNENFORTBILDUNGEN

Rat auf Draht bietet als Partner der Österreichischen Gesundheitskasse Online-Lehrer:innenfortbildungen zu „Krisenkommunikation im Schulalltag“ an – altersgerecht für Primarstufe und ab Sekundarstufe I. Diese Fortbildungen klären den Krisenbegriff, zeigen das Krisenerleben von Kindern und Jugendlichen auf und vermitteln praxisnahes Wissen: Wie führen Lehrpersonen Einzelgespräche, wie arbeiten sie in der Gruppe? Wie schätzen sie Krisensituationen richtig ein und erkennen Handlungsmöglichkeiten sowie -grenzen?

WORKSHOPS FÜR SCHÜLER:INNEN

Rat auf Draht arbeitet direkt mit Schüler:innen in den Klassen und bietet Workshops zu **„Miteinander reden statt ausgrenzen – Konfliktkultur leben“** sowie **„Psychische Gesundheit – gemeinsam stark bleiben in schwierigen Situationen“**. Ergänzend finden Online-Vorträge für Schulklassen statt, die psychische Gesundheit thematisieren und unser Beratungsangebot näherbringen.

SCHULUNGEN FÜR PSYCHOSOZIALE TEAMS

Rat auf Draht schult Teams im psychosozialen Bereich zu „Krisenmanagement im Gespräch“ sowie „Krisenkommunikation während und nach Extremereignissen“. Ergänzend werden Online-Vorträge zu aktuellen Themen angeboten, die Fachkräfte gerade beschäftigen.

Diese Beispiele zeigen nur einen Ausschnitt der Arbeit von Rat auf Draht über das Jahr hinweg. Kontaktieren Sie uns, um mehr über unser Angebot für Ihr Team oder Ihre Einrichtung zu erfahren. So schaffen wir Netzwerke, in denen Krisen früher erkannt, sicher begleitet und Kinder sowie Jugendliche nachhaltig gestärkt werden. Anfragen nehmen wir gerne per Mail unter 147@rataufdraht.at entgegen.

Peer2Peer Beratung

Innovation, Partizipation & persönliches Wachstum

INNOVATIVE FORMATE UND NEUE KOOPERATIONEN

Das Jahr 2024/2025 stand im Zeichen innovativer Formate und zielgerichteter Veranstaltungen. Ob bei der Jugendgesundheitskonferenz, „Sex in the City“, dem Pride Village, „Kenne dein Netzwerk“ – die Peerberater:innen waren aktiv dabei, Wissen zu vermitteln und das Angebot vorzustellen, Diskussionen zu führen, um Jugendliche direkt zu erreichen. Diese Veranstaltungen stärken nicht nur die Vernetzung und den Wissenstransfer, sondern zeigen deutlich: Die behandelten Themen rund um die psychische Gesundheit junger Menschen sind für junge Menschen von hoher Relevanz. Viele beteiligten sich aktiv an Gesprächen, teilten persönliche Erfahrungen und leisteten damit einen wertvollen Beitrag zur Prävention und zum Bewusstsein für psychische Gesundheit.

AUSTAUSCH UND LERNEN AUF AUGENHÖHE

Die Peer2Peer-Beratung schafft einen innovativen Lern- und Erfahrungsraum – gleichwertig für alle umgesetzt. Jugendliche finden hier empathische, professionelle Unterstützung auf Augenhöhe. Gleichzeitig schulen Peerberater:innen in sicherer, praxisnaher Umgebung ihre psychosozialen Kompetenzen und wenden sie direkt an – von Jugendlichen für Jugendliche, fundiert geschult durch Rat auf Draht.

KOMPETENZEN MIT ZUKUNFT

Das Projekt stärkt junge Menschen weit über die Beratung hinaus. Es bietet Raum für persönliche und berufliche Entwicklung sowie für den Erwerb zukunftsrelevanter Kompetenzen wie digitale Fähigkeiten, Selbstmanagement, kritisches Denken, Problemlösung, kommunikative Kompetenz und Selbstbewusstsein. Die Peer2Peer-Beratung lebt dabei eine Kultur der aktiven Mitgestaltung und wertschätzenden Begegnung, in der persönliche Grenzen geachtet und Partizipation konsequent gefördert werden. So wird aus Beratungspraxis gelebte Jugendbeteiligung – mit spürbarem Mehrwert für alle umgesetzt.

SICHTBARKEIT DURCH ENGAGEMENT

Die Peerberater:innen vertraten das Projekt 2024/25 bei Veranstaltungen wie der Vienna Pride, dem FrauenGesundheitsDialog und der Jugendgesundheitskonferenz. Dabei waren sie von Anfang an in alle Planungsschritte eingebunden und entschieden mit, ob und wie sie bei den Veranstaltungen präsent sein wollten. Die Peers übernahmen eigenständig Verantwortung über einzelne Planungsschritte bis hin zur Planung eines gesamten Events (immer mit Begleitung der Rat auf Draht Mitarbeiter:innen).

Diese Auftritte unterstreichen den hohen Grad an Eigenverantwortung, Professionalität und Initiative der Jugendlichen, die das Projekt tragen. Insgesamt nahmen die Peers an 13 Veranstaltungen teil.

ZAHLEN UND ENTWICKLUNGEN 2024/25

Dank der Bundesjugendförderung konnte die Peer2Peer-Beratung im Zeitraum September 2024 bis Juni 2025 als wöchentliches Format angeboten und ihren Fokus auf die Bekanntmachung, wie auch Weiterentwicklung legen.

Beispiele aus dem Beratungsalltag



Eine Schreiberin wendet sich an die Peerberatung, da sie in der Schule Ausgrenzung und Mobbing erlebt hat, jedoch unsicher ist, ob sie sich Hilfe holen kann. Sie befürchtet, von Erwachsenen nicht ernst genommen zu werden. Die Peerberaterin gibt Raum, benennt die Situation als Mobbing. Es werden Wege zur Hilfe vor Ort sowie Strategien, wie sie das Gespräch gezielt vorbereiten kann, besprochen.

Ein Schreiber ist unglücklich in eine Klassenkollegin verliebt, er hat bereits den Kontakt gesucht, aber sie blockt ab und möchte sich nicht mit ihm treffen. Er fragt sich, ob es Sinn hat, weiterzumachen. Beim Schreiben merkt er, dass er auch Interesse an einer anderen Person hat, die ihn ebenfalls mag. Er möchte herausfinden, wie er das angehen kann und bittet um Tipps.

Eine Schreiberin fragt sich, ob sie überhaupt noch Freund:innen in ihrem Leben finden wird, weil sie so viel Ausgrenzung erlebt hat. Vor allem dann, wenn sie sich so gezeigt hat, wie sie wirklich ist. Bis jetzt gab es nur eine Freundin, aber die ist weggezogen. Der Peerberater setzt den Fokus darauf, wie es ihr gelungen ist, diese Freundschaft aufzubauen und ob sie sich vorstellen kann, wieder so in Kontakt zu treten. Zudem gibt er einen passenden Artikel von Rat auf Draht zum Thema „Selbstwert und Freundschaft“ mit.

ZAHLEN, DATEN UND FAKTEN

Themen, die am meisten beschäftigt haben:

1. Freundschaft / Peergroup
2. Infos zu Rat auf Draht
(Weiterverweis an die reguläre Beratung)
3. Mobbing und psychische Gewalt in der Schule
4. Verliebtheit und Liebeskummer

Über die Beratung inkl. Kontaktaufnahmen (09/24 – 06/25):

- **264 Beratungen** bei 35 Chatevents
- **Durchschnittl. Beratungszahl** pro Einheit **7,19**
= deutlicher Anstieg zum Vorjahr (5,54)
- Diese Entwicklung zeigt: **Das Angebot bleibt stark nachgefragt.**



147 Notruftag

Wenn niemand hilft, hebt keiner mehr ab

Jedes Jahr am 14. Juli erinnert der 147 Notruftag daran, wie wichtig es ist, dass Kinder und Jugendliche jemanden haben, der zuhört, versteht und Halt gibt.

Die Wahl des Datums ist bewusst: 14.7. steht symbolisch für die Nummer 147, die seit Generationen für Sicherheit und Zuversicht steht.

Dieser Tag erinnert daran, wie jede Unterstützung ein psychosoziales Auffangnetz für junge Menschen garantiert. Denn hinter jedem Anruf, jedem Chat und jeder Beratung steht ein professionelles Team, Infrastruktur und eine verlässliche Erreichbarkeit – alles Dinge, die ohne Spenden nicht möglich wären.

2025 zeigten sich die Herausforderungen deutlicher denn je: Immer mehr junge Menschen riefen an oder schrieben, weil sie Angst, Einsamkeit oder Zukunftssorgen erlebten. Viele haben keine andere Ansprechperson, die ihnen zuhört oder sie unterstützt. Der Notruftag macht sichtbar, wie dringend diese Hilfe gebraucht wird und wie viel sie bewirken kann, wenn wir gemeinsam Verantwortung übernehmen.

Jede Spende trägt direkt dazu bei, dass 147 rund um die Uhr erreichbar bleibt. Sie ermöglicht längere Beratungsgespräche, Schulungen für Berater:innen und den Ausbau digitaler Angebote. Sie schenkt jungen Menschen Halt in Momenten, in denen alles ins Wanken gerät.

Der 147 Notruftag ist damit mehr als ein Termin im Kalender: Er ist ein Aufruf, Sicherheit, Vertrauen und Unterstützung zu geben. Für alle, die auf Hilfe angewiesen sind und für eine Gesellschaft, die frühe Unterstützung ernst nimmt.

2025 fand der Notruftag bereits zum zweiten Mal statt. Die ersten 16.000 Euro wurden von den Unternehmenspartnern Allianz Vorsorgekasse, der GrECo Gruppe, Libro und Soluto verdoppelt. Daneben haben sich mit Kabarettist Michael Niavarani, dem Fußballclub WSG Tirol, zahlreichen Influencer:innen und viele weitere engagierte Menschen gefunden, die den Notruftag auf ihre Weise unterstützten.

Wir hoffen, dass der Notruftag 2026 ein ähnlich starkes Zeichen setzen kann.



Neu seit 2025

Der Rat auf Draht Club

www.rataufdraht.club

Manche Hilfe wirkt nicht einmalig, sondern über Zeit. Genau hier setzt der Rat auf Draht Club an, der 2025 ins Leben gerufen wurde. Er richtet sich alle, die jungen Menschen dauerhaft den Rücken stärken wollen – leise, verlässlich und mit Wirkung.

Mit regelmäßiger Unterstützung schafft der Rat auf Draht Club Sicherheit. Für unsere Angebote. Für unsere Berater:innen. Und vor allem: Für die Kinder und Jugendlichen, die darauf vertrauen, dass jemand da ist, zuhört und sie ernst nimmt. Auch morgen. Auch übermorgen. Denn frühe Hilfe verändert Lebenswege. Wer in belastenden Situationen gehört und gestärkt wird, kann Krisen bewältigen, Vertrauen entwickeln und eigene Ressourcen aufbauen. So wirkt Unterstützung weit über den einzelnen Moment hinaus: Sie fördert psychische Gesundheit, stärkt soziale Teilhabe und wirkt präventiv für unsere gesamte Gesellschaft.

WEIL DA SEIN DEN UNTERSCHIED MACHT

Der Rat auf Draht Club steht für Zusammenhalt und Verantwortung. Für die Überzeugung, dass nachhaltige Unterstützung nicht nur Einzelnen hilft, sondern Zukunft mitgestaltet. Unsere dauerhaften Unterstützer:innen sind Teil einer Gemeinschaft, die jungen Menschen Stabilität gibt und damit einen wichtigen Beitrag für ein respektvolles, starkes Miteinander leistet.

Wir laden alle ein, diesen Weg gemeinsam mit uns zu gehen und den Rat auf Draht Club als langfristige Unterstützer:innen zu begleiten.



Unser Angebot

WAS IST DIE ELTERNSEITE?

Die Elternseite ist ein Angebot von Rat auf Draht für Eltern und alle, die mit Kindern zu tun haben. Sie bietet kostenlose Onlineberatung für Eltern und Bezugspersonen über Video, Audio oder Textchat. Außerdem findet man Informationen in Form von Artikeln, Videos und Podcasts, die vom Team der Elternseite sowie von Gastautor:innen erstellt wurden.

MIT WELCHEN THEMEN KANN MAN SICH AN DIE ONLINE-VIDEOBERATUNG DER ELTERNSEITE WENDEN?

Die Berater:innen der Elternseite sind für alle Fragen zu Erziehung und dem Alltag mit Kindern da. Beispiele sind Schulprobleme, Konflikte, Pubertät, psychische Auffälligkeiten, der Umgang mit digitalen Medien aber auch, wie Eltern mit ihren Ressourcen gut umgehen können.

WO FINDE ICH DIE ELTERNSEITE?

Online unter: www.elternseite.at



RAT auf Draht

[elternseite.at](https://www.elternseite.at)

ONLINE-VIDEOBERATUNG

Termine zu 25 oder 50 Min.
24h Terminvereinbarung

WEBSITE INFOS

www.elternseite.at

FACEBOOK INFO-FEED

fb.com/rataufdrahtelternseite

INSTAGRAM INFO-FEED

@rataufdrahtelternseite

TIKTOK INFO-FEED

@rataufdrahtelternseite

**Bevor Sorgen
zu Krisen werden**

2025

Das Elternseite-Jahr im Überblick



1.219

**Beratungsgespräche
durchgeführt**



ÜBER

292.000

Zugriffe auf unsere Website



ÜBER

11.500

Follower auf Social Media
(Instagram, Facebook, TikTok)



ÜBER

15.700

Social Media Interaktionen
wie Like, Share, Comment

2025 wurden über die Rat auf Draht Elternseite **1.219 Beratungsgespräche** durchgeführt. Dabei fielen etwa zwei Drittel (815) auf kürzere Beratungseinheiten zu 25 Minuten und ein Drittel (404) auf längere Beratungseinheiten zu 50 Minuten. In Summe hochgerechnet waren es 2025 **über 40.500 Minuten**, die das Elternseite-Beratungsteam Unterstützung geleistet hat.

In der Mehrheit der Fälle (rund **69 %**) haben sich Personen in der Beratung für die Nutzung der **Videofunktion** entschieden, **30 %** für **Audioberatung**, also ein Gespräch ohne Video. Der **Textchat** wird in weniger als **1 %** der Termine ausschließlich, aber gerne ergänzend verwendet.



Der Frauenanteil ist 2025 leicht gesunken, aber immer noch auf hohem Niveau. Das Verhältnis von Frauen zu Männern in der Beratung liegt 2025 bei ca. **81 % Frauen** gegenüber **19 % Männer**. Erwartungsgemäß wurde die Beratung am meisten von Eltern in Anspruch genommen, aber auch andere Familienmitglieder und Pädagog:innen wendeten sich an elternseite.at.



Dabei ging es in den Gesprächen zu 4 % um Kinder von 0 bis <3 Jahren, **zu 40 % um Kinder von 3 bis <11 Jahren**, **zu 52 % um Kinder und Jugendliche von 11 bis 18** und zu 3 % um junge Erwachsene älter als 18 Jahre.

Die überwiegende Anzahl der Beratungen waren mit 76 % Erstgespräche, bei 24 % der Beratungen handelte es sich um Folgetermine. Der Anteil an Zweit- oder Drittgesprächen ist gegenüber dem Vorjahr etwas gestiegen.

Wie werden Eltern auf die Online-Videoberatung der Elternseite aufmerksam?

Die überwiegende Mehrheit (72%) hat das Angebot über Google gefunden. Dieser Anteil ist im Vergleich zum Vorjahr konstant geblieben. Die Elternseite wird auch von Freund:innen oder Bekannten weiterempfohlen oder die Berater:innen der Notrufnummer 147 verweisen anrufende Eltern an die Elternseite, um nur zwei weitere Möglichkeiten zu nennen.

Was gibt es sonst noch auf elternseite.at?

Auf der elternseite.at steht eine große **Artikelsammlung** bereit. Seit dem Start wurde ein umfangreiches Repertoire aus Fachartikeln geschaffen, über die **Informationen, Anregungen und Tipps** für Eltern und Bezugspersonen bereitgestellt werden. Auch 2025 konnten wieder zahlreiche Expert:innen-Artikel aktualisiert, neu überarbeitet und erweitert sowie neue Artikel online gestellt werden, z.B. zu den Themen übergreifende Verwandte, Patchwork-Familie, unterschiedliche Erziehungsstile und Trends in sozialen Netzwerken. In Zusammenarbeit mit externen Autor:innen wurden außerdem Artikel zu Regretting Motherhood, sexualpädagogischem Unterricht und den Themen Papamonat und Karenz auf elternseite.at veröffentlicht.

Die Zugriffe auf die Website liegen bei über 292.000 im Jahr 2025.

Im vergangenen Jahr konnte die Elternseite auch die Präsenz auf ihren Social-Media-Kanälen weiter ausbauen. Die Follower:innenzahl auf Facebook, Instagram und TikTok stieg über alle Kanäle hinweg auf 11.500.

Neuerungen & Entwicklungen

Auch das Jahr 2025 war für die Elternseite wieder sehr ereignisreich.

BERATUNG ZU SCHULTHEMEN MIT DEM BUNDESMINISTERIUM FÜR BILDUNG

Ob bei Lernschwierigkeiten, Teilleistungsschwächen oder auch bei Prüfungs- oder Schulangst sowie Konflikten im Schulalltag: Die 2024 in Kooperation mit dem Bundesministerium für Bildung gestartete Online-Videoberatung zu Schulthemen konnte 2025 fortgesetzt werden. Über einen eigenen Buchungskalender können Eltern, aber auch Pädagog:innen, auf das für die Beratung zu Schulthemen vorgesehene Kontingent zugreifen. Die Nachfrage ist konstant hoch, wie 294 Beratungsgespräche mit einer Gesamtlänge rund 10.000 Minuten zeigen.

MODELLREGION EFERDING (OÖ)

Ziel des Projekts war, die Rat auf Draht elternseite.at so weiterzuentwickeln, dass sie noch besser den Bedürfnissen von Eltern entspricht. Insbesondere sollten die Situation und die Anforderungen von Eltern abseits der städtischen Ballungsräume im ländlichen Raum berücksichtigt werden. Dafür wurde eng mit regionalen Partner:innen zusammengearbeitet.

Ergebnisse waren u.a.:

- Die erste Staffel des Elternseite-Podcasts unter dem Motto „Ein Podcast aus der Region für Eltern in ganz Österreich“ ging vollständig online.
- Die Video-Serie „Elternwissen kompakt“, die so vielfältige Themen wie Trennung, Wutanfälle, Schulstress, Freundschaft und Mediennutzung behandelt, ging online.

Alle Inhalte können auf der „Elternseite Regional“ unter www.elternseite.at/projekte abgerufen werden. Rat auf Draht dankt der Sparkasse Eferding-Peuerbach-Waizenkirchen für die freundliche Unterstützung im Rahmen von Projekt 21.

KINDERRECHTE 2.0

Das Vorgängerprojekt „Kinderrechte gehen uns alle an!“ befasste sich mit der praxisnahen Vermittlung von Kinderrechten. 2025 wurde im Folgeprojekt „Kinderrechte 2.0“ der Fokus noch mehr auf Vermittlung und Dialog gelegt. Dazu wurde eine Webinarserie für die Zielgruppen Eltern und Bezugspersonen (Pädagog:innen, Schulleiter:innen) entwickelt, die sich mit der Umsetzung der Kinderrechte im Alltag befasste. Es fanden Webinare zu den Themen „Mobbing in der Schule“ und „Kinderrechte im digitalen Raum“ statt. Für individuelle Fragestellungen wurden eigene Beratungstermine zu den Kinderrechten reserviert. Außerdem konnte Viktoria „Viki“ Schnaderbeck – ehemalige Profifußballerin und Kapitänin des österreichischen Nationalteams, TV-Expertin und Unternehmerin – als Unterstützerin gewonnen werden. In ihrer neuen Rolle als offizielle Botschafterin wird sie das Gesicht von Rat auf Draht und hat gleich im ersten Schritt das Projekt „Kinderrechte 2.0“ durch Videocontent bereichert.

Alle Infos zum Projekt und den Angeboten finden sich auf der stetig wachsenden Landingpage www.elternseite.at/kinderrechte. Das Projekt „Kinderrechte 2.0“ wurde mit Unterstützung des Bundeskanzleramts – Sektion Familie und Jugend verwirklicht.



Die Elternseite auf Social Media

2025 konnte die Präsenz auf Social Media wieder genutzt werden, um Eltern **nahbare und niederschwellige Tipps und Informationen** anzubieten und auf das Beratungsangebot aufmerksam zu machen.

Neben Facebook und Instagram wurde 2025 vermehrt Content auf TikTok gepostet.

So wuchs der Kanal auf über 600 Follower:innen. 2025 wurden insgesamt nicht nur über 2.000.000 Aufrufe erzielt, sondern auch über 15.700 Interaktionen mit mehr als 900 Postings, Videos und Storys erreicht. Über alle Kanäle hinweg folgen der Elternseite regelmäßig über 11.500 Follower:innen.

Die Themen, die bei der Community auf Social Media 2025 am meisten resonierten, waren:

- **Mental Load und Elternschaft**
- **Schule**
- **Entwicklung / psychische Erkrankungen und Störungen**
- **Trennung & Scheidung**



Kooperationen & Projekte

auf den Social-Media-Kanälen
der Rat auf Draht Elternseite:

KINDERRECHTE 2.0

Auf Social Media wurden für das Projekt Kinderrechte 2.0 insgesamt 108 Bild-Postings, Reels und Videos veröffentlicht, mit denen 524.000 Impressionen erzielt und fast 5.700 Interaktionen erreicht werden konnten. In Zusammenarbeit mit Safer Internet wurden rund um das Thema „Kinderrechte im digitalen Raum“ insgesamt acht Reels auf Instagram und TikTok veröffentlicht. Außerdem fand im Dezember 2025 eine Kooperation mit der Kinder- und Jugendanwaltschaft Wien statt, in deren Rahmen zwei Reels und ein Karussell veröffentlicht wurden.

Mit beiden Kooperationen wurden zusammen knapp 30.000 Personen erreicht und so wichtige Aufklärung zur Relevanz der Kinderrechte betrieben. Im Frühjahr 2025 wurden außerdem drei Reels mit Viktoria Schnaderbeck auf Instagram veröffentlicht, mit denen mehr als 18.000 Personen erreicht werden konnten.

MODELLREGION EFERDING (OÖ)

Auf Social Media wurde auf die drei neuen Podcast-Folgen und die Video-Serie „Elternwissen kompakt“ zugeführt. Insgesamt konnten so fast 93.000 Impressionen generiert werden.

Beliebteste Beiträge



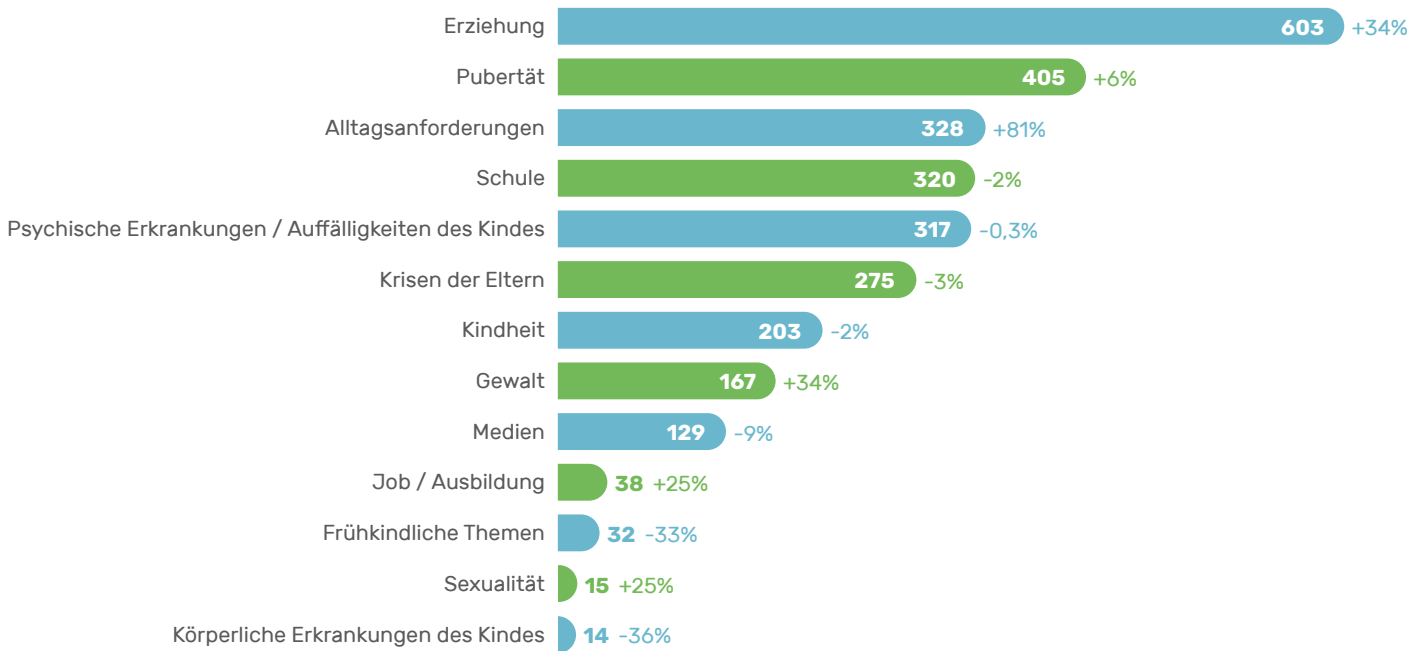
ZAHLEN:

- **Content:**
926 Social Media Inhalte veröffentlicht
- **Follower:innen:**
Mehr als 11.561, was einen Zuwachs von knapp 3.100 bedeutet
- **Aufrufe:**
2.025.958

TOP-ARTIKEL ELTERNSEITE.AT:

1. 9 Warnzeichen für emotionale Überlastung bei Ihrem Kind
2. Doktorspiele: Was Eltern dazu wissen sollten
3. Schulverweigerung: Mein Kind will nicht in die Schule
4. Erste Beziehung: Mein Kind will beim Freund übernachten
5. Wenn sich Eltern trennen

Die Themen der Beratungsgespräche



Die **häufigsten Themen** der der Beratungsgespräche waren im Jahr 2025 **Erziehung, Pubertät und Alltagsanforderungen**. Den **größten Anstieg** gab es neben den Bereichen Erziehung und Alltagsanforderungen beim Thema **Gewalt**, bei dem die Anfragen um über 34 % zugenommen haben.

Erziehung war Thema in **603 Beratungen**, besonders häufig waren die Themen Grenzen setzen, Selbstständigkeit des Kindes und Entwicklungsförderung.

Pubertät waren in **405 Beratungsgesprächen** Thema, besprochen wurden die Themen Konflikte und Streit, Grenzen setzen – Freiräume geben sowie das Thema Ablösung.

Alltagsanforderungen waren Thema in **328 Beratungen**, besonders häufig waren die Themen kindliche & elterliche Bedürfnisse, gesellschaftliche Erwartungen und Anforderungen sowie Selbstfürsorge.

Schule war Thema in **320 Beratungsgesprächen**, dabei war auffallend häufig das Thema „Schulverweigerung“ sowie an Lernen und Leistung/Noten.

Psychische Erkrankungen und Auffälligkeiten des Kindes waren Thema in **317 Beratungen**, besonders häufig waren die Themen Depression bzw. depressive Verstimmung, Angststörungen und AD(H)S.

Krisen der Eltern waren Thema in **275 Beratungen**, besonders häufig waren die Themen Trennung/Scheidung, Beziehungskonflikte und Obsorge.

Der Bereich **Kindheit** war Thema in **203 Beratungen**, besonders häufig waren die Themen Wut und Aggression sowie Verhaltensauffälligkeiten und das Thema Kindergarten.

Gewalt war Thema in **167 Beratungsgesprächen**, mit Aspekten wie Gewalt/Mobbing in der Schule, psychische Gewalt gefolgt von physischer Gewalt.

Medien waren in **129 Beratungsgesprächen** Thema, besprochen wurden etwa Medienerziehung, Bildschirmzeit und Mediensucht, bzw. ob und wann eine solche vorliegt.

Die weiteren Bereiche **Job und Ausbildung, frühe Kindheit, Sexualität und körperliche Erkrankungen** waren in jeweils unter **100 Beratungen** ein Thema.



Entwicklungs- förderung



„Sorgen ernst nehmen“

VIDEOBERATUNG 25 MINUTEN

Klient:in: Vater (Sohn, **8 Jahre**)

DIE SITUATION:

Der Vater meldet sich, weil er sich um die Entwicklung seines 8-jährigen Sohnes sorgt. Er beobachtet seit einiger Zeit sogenannte „Ticks“ (z.B. häufiges Bewegen der Lippen nach dem Sprechen und auffällige Bewegungen beim Gehen – Letzteres betrifft offenbar auch andere Kinder in der Klasse). Im Gespräch äußert der Vater zudem Sorgen hinsichtlich des bevorstehenden Wechsels ins Gymnasium sowie die Angst, sein Sohn könnte wegen seiner Auffälligkeiten oder gelegentlichen Schwierigkeiten beim Sprechen ausgegrenzt oder gemobbt werden. Zudem beschreibt der Vater eine große Inflexibilität seines Sohnes und äußert einen leichten Verdacht auf Autismus-Spektrum-Störung (ASS). Er ist unsicher, ob eine psychologische Diagnostik sinnvoll wäre.

WIE WIR BERATEN:

In der Beratung wird Verständnis für die Sorgen des Vaters gezeigt. Es wird gemeinsam überlegt, wie er ohne Bewertung mit seinem Sohn über die beobachteten Ticks sprechen kann, um diesen nicht zu verunsichern. Es wird empfohlen, das Gespräch mit der Klassenlehrerin zu suchen, um weitere Einschätzungen und Erfahrungen aus dem Schulalltag einzuholen. Die Bedeutung von Zuversicht und einer ressourcenorientierten Sichtweise wird hervorgehoben, um dem Sohn Sicherheit zu vermitteln. Es wird besprochen, welche weiterführenden Angebote sinnvoll sein könnten (wie Ergotherapie, Entwicklungsförderung oder psychologische Abklärung) und welche Gründe sowie der passende Zeitpunkt für eine Diagnostik sprechen könnten. Informationen und Kontakte zu spezialisierten Stellen werden weitergegeben. Der Vater erlebt in der Beratung die Haltung, Sorgen ernst zu nehmen, aber den Blick auf Entwicklungsmöglichkeiten und vorhandene Stärken zu richten, als besonders hilfreich.

Die hier dargestellten Fallgeschichten sind exemplarisch für die individuellen Problemlagen, in denen sich Eltern und Bezugspersonen an die Elternseite wenden.

Selbständigkeit



„Was können wir unserem
Kind zutrauen?“

VIDEOBERATUNG 50 MINUTEN

Klient:in: Mutter (Tochter, **11 Jahre**; Sohn, **12 Jahre**)

DIE SITUATION:

Die Mutter berichtet, dass ihre Tochter nach dem Wechsel von der Volksschule in die Mittelschule unter starker Schulangst leidet. Besonders im Mathematikunterricht und im Kontakt mit der Lehrerin dieses Faches treten bei der Tochter Ängste und psychosomatische Beschwerden wie Kopf- und Bauchweh auf. Die Tochter schläft weiterhin im Zimmer der Eltern und wird täglich von der Mutter zur Schule begleitet. Die Mutter empfindet diese Situation als sehr belastend und ist unsicher, wie sie ihre Tochter am besten unterstützen kann, damit diese selbständiger wird und sich sicherer fühlt.

WIE WIR BERATEN:

In der Beratung wird Verständnis für die schwierige Umstellungsphase und die damit verbundenen Ängste gezeigt. Es wird darauf eingegangen, dass Übergänge, wie der Wechsel in eine neue Schule, für Kinder große Herausforderungen darstellen und häufig von Unsicherheit und Rückzug begleitet sind. Es werden gemeinsam konkrete Schritte überlegt, wie die Tochter behutsam in Richtung Selbständigkeit begleitet werden kann. Dazu zählt zum Beispiel, dass sie immer wieder im eigenen Zimmer schläft und den Schulweg zunehmend allein bewältigt. Die Bedeutung von Lob und positiven Erfahrungen wird hervorgehoben, da diese das Selbstvertrauen stärken. Die Mutter wird ermutigt, empathisch zu bleiben, aber auch ihrer Tochter mehr zuzutrauen und kleine Herausforderungen zu ermöglichen. Es wird besprochen, dass der Aufbau von Selbständigkeit ein Prozess ist und Rückschritte dazugehören können. Die Mutter erlebt in der Beratung besonders die Haltung der „verantworteten Schuld“ als entlastend: Sie darf Grenzen setzen und ihrer Tochter mehr zutrauen, auch wenn dies zunächst zu Unmut oder Unsicherheit führt, da diese Schritte für die Entwicklung und das Wohlbefinden der Tochter notwendig sind.



Gewalt



„Schulverweigerung wegen Mobbing?“

VIDEOBERATUNG 50 MINUTEN

Klient:in: Eltern (Sohn, **14 Jahre**)

DIE SITUATION:

Die Eltern berichten, dass ihr Sohn (14 Jahre) seit längerer Zeit erhebliche Schwierigkeiten hat, regelmäßig die Schule zu besuchen. Die Problematik begann vor zwei Jahren mit Mobbing Erfahrungen in der Schule und wurde durch eine Corona-Erkrankung verstärkt. Inzwischen verweigert der Sohn den Schulbesuch fast vollständig und leidet zudem unter chronischen Magenschmerzen und ausgeprägten Ängsten, etwa davor, allein zuhause zu sein. Die Eltern haben mehrere Versuche unternommen, therapeutische Unterstützung zu organisieren, doch bislang passte das Angebot nicht – entweder waren keine Plätze frei, oder der Sohn wollte nicht allein mit Therapeut:innen sprechen. Die Eltern sind zunehmend besorgt und fühlen sich überfordert.

WIE WIR BERATEN:

In der Beratung wird gemeinsam reflektiert, wie sich die Mobbing Erfahrungen und die damit verbundenen Ängste auf das alltägliche Leben und die Entwicklung des Sohnes auswirken. Die Eltern werden bestärkt, nach passenden Unterstützungsangeboten zu suchen, wie Home-Treatment oder alternative Therapieformen. Besonderes Augenmerk wird darauf gelegt, wie die Schule aktiv werden kann: Die Eltern werden ermutigt, das Gespräch mit den Lehrkräften und der Schulleitung zu suchen und die Problematik anzusprechen. Es wird empfohlen, dass die Schule Mobbing klar thematisiert und Maßnahmen zum Schutz des Sohnes einleitet – etwa durch klare Regeln gegen übergriffiges Verhalten, Sensibilisierung aller Beteiligten und gezielte Interventionen. Die Schule sollte den Sohn unterstützen, etwa durch Vertrauenspersonen, Sozialarbeiter:innen oder Peer-Mediation. Auch die Möglichkeit eines begleiteten Wiedereinstiegs und individueller Lösungen (z.B. Teilleistungsunterricht, Nachteilsausgleich) wird besprochen. Die Kommunikation wird als Schlüssel hervorgehoben. Auch Möglichkeiten zur Selbstwertstärkung und zum Aufbau neuer Bindungen werden besprochen. Die Eltern erhalten Hinweise zu weiterführenden Unterstützungsstellen.

Alltagsanforderungen



„So viele Erwartungen“

VIDEOBERATUNG 25 MINUTEN

Klient:in: Mutter (Sohn, **6 Jahre**)

DIE SITUATION:

Die Mutter beschäftigt sich intensiv mit der Frage, ob es für ihren Sohn (6 Jahre) wichtig wäre, ein Geschwisterkind zu haben oder zumindest regelmäßig engen Kontakt zu anderen Kindern zu pflegen. Sie spürt gesellschaftliche Erwartungen und Unsicherheiten, was „das Beste“ für ihr Kind ist. Ein weiteres Kind kommt für sie persönlich nicht infrage, dennoch ist sie verunsichert, ob ihr Sohn dadurch etwas fehlen könnte. Auch fällt es ihr selbst schwer, Kontakte zu knüpfen, und sie erlebt sich manchmal als zurückhaltend und vorsichtig im Umgang mit anderen. Sie berichtet, dass sie sich oft fragt, was „richtig“ ist und fühlt sich in ihrer Rolle als Mutter manchmal von äußeren Meinungen beeinflusst.

WIE WIR BERATEN:

In der Beratung wird gemeinsam reflektiert, wie gesellschaftliche Erwartungen und Bilder von „idealen Familienkonstellationen“ Druck erzeugen können. Es wird herausgearbeitet, dass es keine allgemeingültige Lösung gibt und dass die Bedürfnisse und Möglichkeiten der Familie individuell betrachtet werden sollten. Die Mutter wird ermutigt, ihren eigenen Weg zu finden und sich weniger von äußeren Erwartungen leiten zu lassen. Es wird besprochen, wie sie für sich und ihren Sohn passende soziale Kontakte gestalten kann – zum Beispiel durch das Eröffnen kleiner, unkomplizierter Begegnungsmöglichkeiten mit anderen Kindern oder Familien, ohne sich selbst zu überfordern. Die Mutter wird bestärkt, auf ihre eigenen Bedürfnisse zu achten und Vertrauen in ihre Entscheidungen zu entwickeln. Ihr Schritt, eine Psychotherapie zu beginnen, wird gewürdigt und als hilfreiche Unterstützung im Prozess gesehen, ihre Rolle als Mutter und ihre Vorstellungen von einem guten Familienleben weiterzuentwickeln.



Unser Team

Das Beratungsteam besteht aus (Klinischen- und Gesundheits-) Psycholog:innen, Pädagog:innen, Psychotherapeut:innen i.A., Lebens- und Sozialberater:innen und einem Juristen. Im Schnitt beschäftigen wir zehn bis zwölf Praktikant:innen aus psychosozialen Ausbildungen pro Jahr. Daneben arbeiten Kolleg:innen in den Bereichen Business Development, Externe Kommunikation, Social Media, Content Management, Fundraising und Administration.

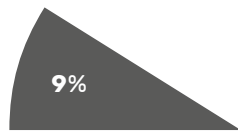


WIRTSCHAFTLICHE KENNZAHLEN

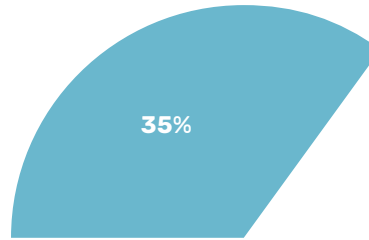
2025



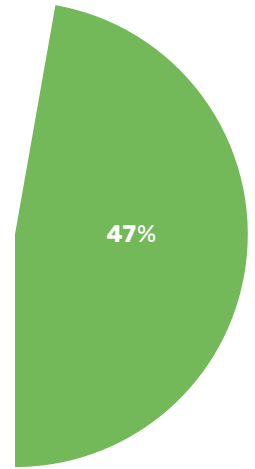
SONSTIGE PARTNER
 ÖIAT/Saferinternet.at
 Ko-Finanziert durch die Europäische Kommission, Licht ins Dunkel, ÖGK etc.



BUNDESLÄNDER
 W, NÖ, OÖ, T, Stmk, Sbg, Ktn, Vbg, Bgld



MINISTERIEN
 Bundeskanzleramt, BMB, BMI, BMASGPK



ZUSCHUSSBEDARF
 SOS-Kinderdorf & Spenden

KOSTEN

Personalaufwand	
Personalkosten inkl. Lohnnebenkosten	- 1.564.119,71
Sonstige personalbezogene Kosten	- 32.363,60
Sonstiger Aufwand	- 231.889,31
Abschreibungen	-

- 1.828.372,62

EINNAHMEN

Spenden	+ 631.931,87
Öffentliche Hand	
Bund	+ 635.661,16
Länder	+ 161.520,00
sonstige	+ 162.687,82
Beitrag SOS-Kinderdorf	+ 236.571,77

- 1.828.372,62



Danke

UNSEREN PARTNER:INNEN & SPONSOR:INNEN

Ein besonderer Dank gilt unseren Medienpartner:innen **ORF** und **INFOSCREEN** für die wertvolle Unterstützung und die kostenlos zur Verfügung gestellten Kommunikationsmaßnahmen.



INFOSCREEN

Allianz
Vorsorgekasse

K.u.J.i.N.
Stiftung



LiBRO



MAYBELLINE
NEW YORK



UND WAS
JETZT?



Bevor Sorgen zu Krisen werden

2025 meldeten sich tausende Kinder und Jugendliche bei Rat auf Draht, weil Gewalt, Angst und Überforderung Teil ihres Alltags geworden sind. Gespräche dauerten länger, Themen waren schwerer, Worte oft zögerlich. Viele der jungen Menschen erzählten von Situationen, in denen sie sich hilflos, bedroht oder allein fühlten – zu Hause, in der Schule oder im digitalen Raum. Gewalt, psychisch wie körperlich, wurde häufiger benannt. Angst wurde lauter. Das Schweigen größer.

Rat auf Draht ist genau dann da, wenn es sonst niemanden gibt. Anonym. Kostenlos. Rund um die Uhr. Wir hören zu, wenn Sorgen keinen Platz finden. Wir bleiben, wenn es schwer wird. Und wir fangen auf, bevor Sorgen zu Krisen werden.

Notruf, Chatberatung, Peer2Peer-Angebot und Elternseite bilden gemeinsam ein Netz, das trägt. Ein Netz, das sich an den Lebensrealitäten junger Menschen orientiert und mit ihnen weiterwächst. Denn jede Geschichte ist anders und braucht Zeit, Aufmerksamkeit und echtes Zuhören.

HINHÖREN, WO ES WEH TUT

Wenn Notlagen den Alltag prägen, brauchen Kinder und Jugendliche sichere Räume. Räume, in denen sie sagen dürfen, was sie erleben. Räume, in denen sie ernst genommen werden. Professionelle Beratung hilft, das Erlebte einzuordnen, die eigene Stärke wiederzufinden und neue Perspektiven zu entwickeln. Schritt für Schritt. Im eigenen Tempo.

Dass Rat auf Draht auch 2025 für so viele junge Menschen und deren Bezugspersonen da sein konnte, ist nicht selbstverständlich. Es ist möglich durch die Unterstützung engagierter Spender:innen, Partner:innen und Fördergeber:innen. Ihre Hilfe bedeutet Gespräche, die nicht abbrechen. Zeit, die bleibt. Und Halt, wenn alles zu kippen scheint.

Danke, dass Sie Brücken bauen, bevor Wege ins Wanken geraten.

Bitte unterstützen Sie uns

MIT IHRER SPENDE AUF DAS SPENDENKONTO:

Spendenkontoinhaber:

Rat auf Draht gemeinnützige GmbH

IBAN: AT10 2011 1827 1734 4400

Swift / BIC: GIBAATWWXXX

Verwendungszweck: Rat auf Draht


Firmenbuchnummer: FN 409175d

Adresse: Rat auf Draht gemeinnützige GmbH, Vivenotgasse 3, 1120 Wien, Österreich

Bevor Sorgen zu Krisen werden



 TELEFONBERATUNG
147, rund um die Uhr
österreichweit, kostenlos, anonym

 CHATBERATUNG
Mo, Di, Fr von 18 - 19 Uhr +
Mi, Do von 18 - 20 Uhr

 CHATERIA SPECIALE
Mo, Di, Fr von 19 - 21 Uhr

 PEERBERATUNG
Mittwoch von 18 - 20 Uhr via Chat

 WEBSITE INFOS
www.rataufdraht.at

 FACEBOOK INFO-FEED
fb.com/rataufdraht

 INSTAGRAM INFO-FEED
@147rataufdraht

 YOUTUBE KANAL
@RataufDraht147

 TIKTOK
@rataufdraht147

RAT
auf Draht
elternseite.at

 ONLINE-VIDEOBERATUNG:
Termine zu 25 oder 50 Minuten
24h Terminvereinbarung

 WEBSITE INFOS
www.elternseite.at

 FACEBOOK INFO-FEED
fb.com/rataufdrahtelternseite

 INSTAGRAM INFO-FEED
@rataufdrahtelternseite

 TIKTOK
@rataufdrahtelternseite