

Textarchiv

Wenn nachts die Einsamkeit kommt

Die Telefon-Nightline wäre auch eine gute Idee für Berlin

Christine Schniedermann

Schade, dass diese Idee noch nicht in Berlin umgesetzt wurde: ein Sorgentelefon von Studenten für Studenten. Zwar bieten die Hochschulen der Hauptstadt diverse Beratungsmöglichkeiten an. Es gibt auch Psychologen, die für Studierende da sind, wenn sie etwa Prüfungsängste haben. Doch ein anonymes Sorgentelefon für Studenten gibt es nicht - dabei ist Berlin die größte deutsche Hochschulstadt. Sie könnte sich etwa Freiburg oder Münster mit ihrer Nightline zum Vorbild nehmen.

Die Stimme am Telefon klingt sanft und angenehm. Ihr Klang verspricht Vertrauen. Das ist besonders wichtig. "Wir hören zu und sind da, wenn sonst keiner da ist", sagt die junge Frau, zu der die Stimme gehört. Carla* studiert an der Uni Freiburg und arbeitet seit gut zwei Jahren ehrenamtlich bei der Freiburger Nightline. Die Räume wurden von der Uni zur Verfügung gestellt. Wo sie liegen und welche Kommilitonen dort arbeiten, darf außer ihnen niemand wissen, damit Anrufer und Zuhörer anonym bleiben.

In den nächtlichen Telefonaten geht es meist um Beziehungsstreit, Ärger mit den Eltern, Prüfungsangst, Geldsorgen oder Einsamkeit in der neuen Uni-Stadt. "Gerade bei Themen, die das Studium betreffen, fällt es vielen leichter, offen zu reden, wenn sie das Gefühl haben, der andere versteht mich wirklich", sagt Carla. Oft bleibe es bei einem Anruf. Doch es gibt auch schwierigere Problemen wie Krankheit, Todesfall in der Familie, Suchtprobleme. "Wir wollen den Anrufern eine Last abnehmen", sagt Nina* von der Nightline Münster. "Allerdings sind wir nicht beratend tätig." Sollte professionelle Hilfe nötig sein, sagen die Nightliner, an wen sich die Betroffenen wenden können. Schwieriger wird es bei Selbstmordgedanken oder sexuellem Missbrauch. Hier müssen Therapeuten oder Beratungsstellen helfen. Für die ehrenamtlichen Helfer der Nightline ist es nicht immer leicht, dies den Anrufern behutsam nahezu legen.

"Jeder hat seine Belastungsgrenze. Ich komme beispielsweise mit dem Thema Tod nicht gut klar", sagt Carla. In diesen Fällen, so raten die Psychologen, die die Nightline Thema betreffen, sollte man dem Anrufer deutlich machen, dass

die Nightline-Teams betreuen, sollte man dem Anrufer deutlich machen, dass man das Gespräch nicht weiterführen könne. Und man sollte eine Alternative anbieten. "Grenzen zu setzen, ist ganz wichtig für uns", sagt Carla. Auch ist immer ein Psychologe für die Nightliner erreichbar. Wer Nightliner werden will, muss zuvor eine Schulung von Psychologen und Therapeuten besuchen. "Uns wird erklärt, wie wir mit unterschiedlichen Situationen umgehen, wir üben die Gesprächsführung, besprechen Lösungsvorschläge", erzählt Carla.

Wer Nightliner werden will, muss aber nicht zwangsläufig Psychologie-Student sein. "Wir sind hier in Freiburg quasi mit allen Fächern vertreten", sagt Carla über ihr 40-köpfiges Team. Das gilt auch für Münster. Die Nightline - eine Idee, die ursprünglich aus Großbritannien stammt - gibt es mittlerweile in fünf deutschen Städten, neben Münster und Freiburg auch in Köln, Dresden und Heidelberg. Warum nicht in Berlin?

*Namen geändert

"Wenn jemand erfährt, dass er nicht allein ist, ist das schon ein ganz großer Fortschritt", sagt Nina.

[Me gusta](#) Sé el primero de tus amigos a quien le guste esto.

[IMPRESSUM](#) | [DATENSCHUTZERKLÄRUNG](#) | [KONTAKT](#) | [MEDIADATEN](#)

