

**time4friends** ist ein Service des ÖJRK, bei dem Jugendliche mit Fragen, Zweifeln oder Problemen anrufen können und von Telefon-Peers beraten werden. Die Telefon-Peers sind Schüler\_innen zwischen 15 und 18, sie werden vom ÖJRK ausgebildet und arbeiten ehrenamtlich. Ihnen zur Seite steht ein Team von professionellen Psycholog\_innen.

Seit Herbst 2016 ist auch ein Peer unserer Schule in diesem Team und leistet damit Ratsuchenden eine überaus wertvolle Hilfe.

Vielen Dank!

Hier ein Bericht über die Ausbildung und Tätigkeit unseres Peers:

„Obwohl ich am Anfang skeptisch war, vor allem weil ich niemanden kannte, der sich ebenfalls für dieses Projekt angemeldet hatte, habe ich mich dennoch entschlossen mitzumachen. Die Grundausbildung fand in Attnang-Puchheim ganz in der Nähe des Attersees statt. Die Koordinatoren waren sehr freundlich und auch die Peers, die letztes Jahr schon die Grundausbildung abgeschlossen hatten, waren nett und zuvorkommend. In diesen fünf Tagen habe ich so viel gelernt, wie ich noch nie in fünf Tagen gelernt habe. Die Kurse, die wir besuchen durften, waren ungemein interessant und wurden auch von nicht weniger interessanten Menschen geführt. Die Kurse beinhalteten aktuelle Themen wie: Mobbing, Suizid, Essstörungen, Suchtmittelprävention, Sexualität und Jugendschutz. In der Gruppe haben wir gemeinsam diese Themen erarbeitet. Aber wir haben auch immer wieder etwas gemeinsam unternommen, um unsere Teamfähigkeit zu stärken. Einmal unternahmen wir eine Nachtwanderung mit Fackeln und einmal Moortrampeln. Auch Teamsportspiele mit kleinen Wettbewerben standen an der Tagesordnung. Ich habe in diesen 5 Tagen neue Freunde kennengelernt, mit denen ich heute noch engen Kontakt pflege. Wir wurden perfekt auf die telefonische Beratung vorbereitet und die Koordinatoren hatten immer ein offenes Ohr für Fragen und Sorgen.

Seit August arbeite ich jetzt jede zweite Woche, vier Stunden am Telefon. Dank der guten Vorbereitung fand ich mich schnell in meiner Rolle als Zuhörer und Ratgeber zurecht. Es hilft einem dabei Menschen und ihre Probleme besser zu verstehen, aber auch generell, wie man mit Menschen umgeht, denen es nicht gut geht. Das eigene Einfühlungsvermögen entwickelt sich dadurch immer weiter. Ich denke, es ist die perfekte Gelegenheit, anderen zu helfen wenn man gut mit Menschen umgehen kann und dabei gleichzeitig nicht viel Freizeit opfern will.

Ich persönlich könnte nicht glücklicher sein diese Entscheidung getroffen zu haben und empfehle jedem, der gerne mit Menschen arbeitet und ihnen zur Seite stehen möchte, ebenfalls

## **time4friends**

Geschrieben von: Magdalena Rohregger  
Montag, den 13. Februar 2017

---

diese Entscheidung zu treffen.“

Interessierte finden alle Informationen unter: <http://www.jugendrotkreuz.at/oesterreich/jugendservice/time4friends/>