

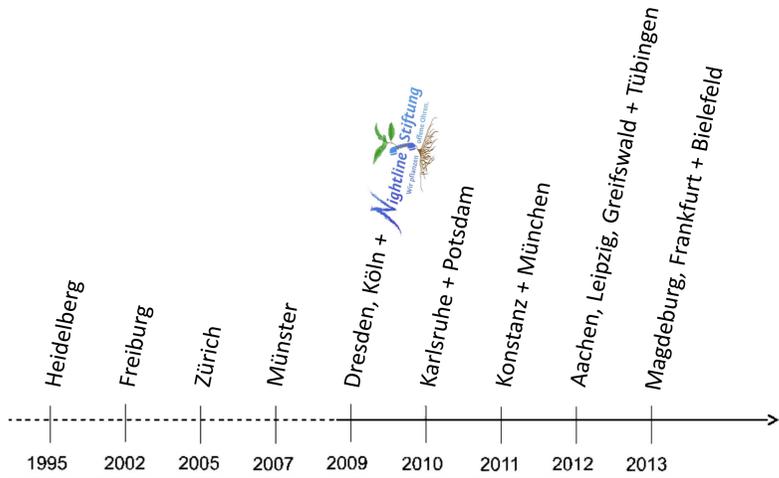
Offenes Ohr gesucht?

Nightlines sind Anlaufstellen von Studierenden für Studierende, die am Abend bzw. nachts zur Verfügung stehen. Sie bieten ein offenes Ohr, **wenn andere Angebote, aber auch Freunde und Familie nicht oder nur schwer erreichbar** sind. Im deutschsprachigen Raum bestehen aktuell **17 aktive Nightlines** sowie weitere 6 Nightlines im Aufbau. Sie werden ihrerseits durch die Förderinitiative Nightlines Deutschland e.V. und eine Verbrauchsstiftung unterstützt.

Die Nightlines verfolgen dabei übergreifende Prinzipien:^{*1}

- ✓ **Vertraulichkeit:** Das heisst, dass alle Erzählungen und Informationen vertraulich behandelt und nicht nach aussen getragen werden.
- ✓ **Anonymität:** Das heisst, dass niemand seinen Namen nennen oder andere persönliche Informationen preisgeben muss. Dadurch ist die Hemmschwelle geringer, um anzurufen oder zu schreiben.
- ✓ **Nondirektivität:** Das heisst, dass das Zuhören im Vordergrund steht und grundsätzlich keine Ratschläge gegeben werden. Die betreffende Person soll selbst entscheiden, was für sie das Beste ist.
- ✓ **Nicht-urteilende Haltung:** Das heisst, dass bei der Nightline niemand aufgrund seiner Vorgeschichte oder Erzählungen ver- oder beurteilt wird. Es wird jeder Mensch so akzeptiert, wie er/sie ist.

Das Hauptziel von Nightlines ist, dass auf gleicher Augenhöhe ein offenes Ohr geboten und Hilfe zur Selbsthilfe geleistet wird.



<http://nightlines.eu/nightlines-grunden/>

täglich von
20-24 Uhr
erreichbar

Nightline Zürich

Kontakt per
Telefon, E-Mail
oder Chat

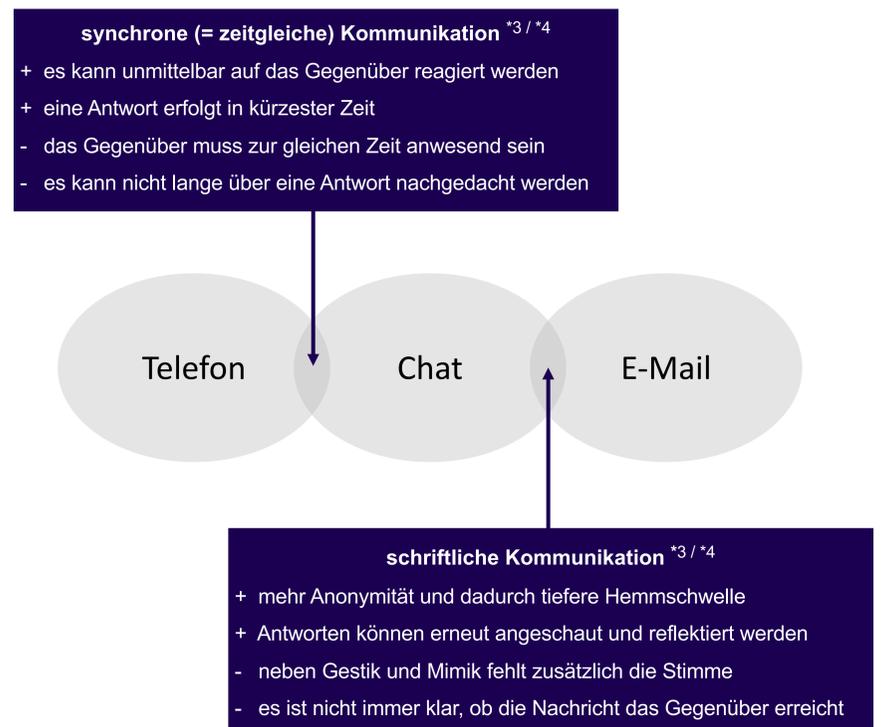
Zuhören
Die Nightline hört zu – egal was ist! Sie bietet ein offenes Ohr bei grossen und kleinen Sorgen.

Informationen zum Studium und Studentenleben
z.B. Wie finde ich meinen Hörsaal? Wie finanziere ich mein Studium? Wo finde ich ein WG-Zimmer?

Vermitteln kompetenter Fachstellen
z.B. Psychologische Beratungsstelle ETH/UZH, Walk-in der Praxisstelle UZH, KIZ Zürich/Winterthur

Durch die Kommunikation per Telefon, E-Mail oder Chat ist **kein direkter persönlicher Kontakt erforderlich**. Dies bringt verschiedene **Vorteile, aber auch Herausforderungen** mit sich:

- + Die **Hemmschwelle, Hilfe zu suchen** ist niedriger^{*2}, denn dazu sind «nur» ein paar Klicks im Internet oder der Griff zum Hörer notwendig.
- + **Soziale Barrieren fallen weg**^{*2}, so spielen z.B. äussere Faktoren wie das Aussehen oder Auftreten keine Rolle.
- + Aufgrund eines **Enthemmungseffektes**^{*2} fällt es einfacher von den eigenen Sorgen zu erzählen und es herrscht mehr Offenheit.
- + Es ist **keine Terminfindung oder Anreise** notwendig^{*2}.
- + **Örtliche Distanzen verlieren an Bedeutung**, es ist also auch Kontakt über weite geografische Distanzen oder bei eingeschränkter Mobilität möglich^{*2}.
- Der **non- und z.T. auch paraverbale Austausch fehlt**^{*2}. Das bedeutet, dass Aspekte wie die Gestik und Mimik und ggf. auch die Stimme wegfallen.
- Je nach Medium finden **mehr Missverständnisse** bei der Kommunikation statt^{*2}, da z.B. bei E-Mails ein kurzes Nachfragen nicht möglich ist oder Ironie aufgrund einer ausschliesslich schriftlichen Kommunikation nicht immer erkannt wird.
- Es werden oft sehr **persönliche und sensible Daten** übermittelt, deshalb muss die Vertraulichkeit und Sicherheit der Daten insbesondere bei einer Internetübertragung (z.B. Chat und E-Mail) gewährleistet sein^{*2}.
- Angesichts der hohen Anonymität und im Kontext des Enthemmungseffektes^{*2} kommt es immer wieder zum **Missbrauch des Angebotes**. Dies nimmt einerseits viel personelle und zeitliche Ressourcen in Anspruch und kann andererseits für Nightliner auch sehr belastend sein.



^{*1} Abweichungen davon liegen im Ermessen der einzelnen Nightlines; dieser Vorbehalt gilt insbesondere bei strafrechtlich relevanten Inhalten oder bei Missbrauch des Angebotes

^{*2} Berger, T., & Caspar, F. (2011). Internetbasierte Psychotherapien. *Psychiatrie und Psychotherapie up2date*, 5, 29-43. doi:10.1055/s-0030-1265934

^{*3} Knatz, B. (2013). *Handbuch Internetseelsorge: Grundlagen, Formen, Praxis*. Gütersloh: Gütersloher Versandhaus.

^{*4} Knatz, B. (2009). Medien der Online-Beratung. In S. Kühne & G. Hintenberger (Hrsg.), *Handbuch Online-Beratung* (S. 59-67). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.