

De Alles Oké? Supportlijn

Voor jongvolwassenen bleek corona vaak een katalysator voor al bestaande problemen. Ook deze groep heeft behoefte aan een veilige plek waar ze hun verhaal kwijt kunnen. Daarom startte De Kindertelefoon in 2021 met de Alles Oké? Supportlijn voor jongvolwassenen tussen 18 en 25 jaar, waar inmiddels al meer dan 60.000 gesprekken zijn gevoerd!

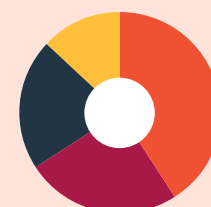
Verdeling gesprekken



De meeste gesprekken met jongvolwassenen voerden we met **vrouwen (61%)** gevolgd door **mannen (38%)**. Verder geven de rest van de jongvolwassenen aan zich te identificeren als **non-binar of transgender (1%)**.

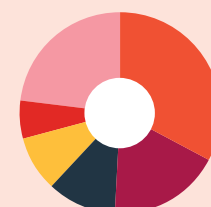
Emotionele Problemen

Sinds de oprichting van de Alles Oké? Supportlijn is emotionele problemen het meest besproken onderwerp. Maar liefst een derde van de gesprekken die de vrijwilligers met jongvolwassenen voerden ging hierover. Onderwerpen die vaak voorbijkwamen waren de wachtlijsten bij de ggz, eenzaamheid, stress en gedachten aan zelfdoding. Uit de gesprekken blijkt dat de jongeren die contact opnemen zich vaak niet gehoord of begrepen voelen in hun omgeving. Ook kan er sprake zijn van schaamte of angst voor de mening van anderen. Dit signaal kregen de vrijwilligers ook vaak in andere veel besproken onderwerpen als relaties, seksualiteit, familie en lichaam.



Leeftijdverdeling

• Leeftijdsgroep 18-19	41%
• Leeftijdsgroep 20-21	25%
• Leeftijdsgroep 22-23	21%
• Leeftijdsgroep 23-24	13%



Hoofdonderwerpen

• Emotionele problemen	33%
• Relatief & Liefde	18%
• Seksualiteit	11%
• Thuis & Familie	9%
• Lichaam	6%
• Overig	23%

Alles Oké? Supportlijn • Newtonlaan 83, 3584 BP Utrecht • 030 34 104 00 • info@allesoke.nl



@allesokesupportlijn



@allesokesupportlijn



[Allesoke.nl](https://allesoke.nl)



0800-0450



@Alles Oké? Supportlijn

WIJ GEVEN KINDEREN EN JONGVOLWASSENEN EEN STEM

Kinderen en jongvolwassenen vertellen ons uit eigen beweging in grote getalen wat hen bezighoudt. Daarin zijn wij uniek. Daarom doen we regelmatig onderzoek op basis van geanonimiseerde data. We brengen in kaart wat er speelt in de leefwereld van kinderen en jongeren en kijken naar signalen die we krijgen over thema's die op dat moment relevant of actueel zijn. Door deze inzichten terug te geven aan de maatschappij, geven we kinderen en jongvolwassenen een stem. Zo deden we onder andere al onderzoek naar gesprekken over online gedrag en gaming, middelengebruik, maar ook naar onderwerpen die spelen in de actualiteit. Kijk op kindertelefoon.nl/ nieuws voor onze laatste onderzoeken!

ONZE VRIJWILLIGERS

Wij zouden nergens zijn zonder onze 700 vrijwilligers. Zij zijn goud waard! Dankzij hen zijn we 365 dagen per jaar bereikbaar: van 11:00 tot 21:00 voor kinderen en van 14:00 tot 22:00 voor jongvolwassenen. Jaarlijks leiden we bijna 400 vrijwilligers op. Een uitgebreide training in gesprekstechnieken in combinatie met persoonlijke begeleiding bij de start, maakt van onze vrijwilligers goede luisteraars. Daarna krijgen ze volop mogelijkheden om zich verder te ontwikkelen via e-learnings, workshops en vaardigheidstrainingen. Vrijwilligers geven aan dat de geleerde gesprekstechnieken en de ervaring in het praten met kinderen heel waardevol zijn voor hun verdere (werkende) leven. Zo leveren De Kindertelefoon en Alles Oké? Supportlijn ook met het opleiden en begeleiden van vrijwilligers een belangrijke bijdrage aan de maatschappij.

De Kindertelefoon • Newtonlaan 83, 3584 BP Utrecht • 030 34 104 00 • landelijkbureau@kindertelefoon.nl



@dekindertelefoonnl



@kindertelefoon.nl



kindertelefoon.nl



0800-0432



@Stichting De Kindertelefoon

ALLES IS BESPREEKBAAR

De Kindertelefoon en de Alles Oké? Supportlijn zijn er voor kinderen (8-18 jaar) en jongvolwassenen (18-25 jaar). Met zo'n 700 goed getrainde vrijwilligers bieden we via de chat en telefoon een luisterend oor en denken met ze mee. **Van verliefdheid tot emotionele problemen: alles is bespreekbaar.** Het is gratis én vertrouwelijk. Ook bieden we bij De Kindertelefoon een veilige plek waar kinderen elkaar kunnen helpen via een drukbezocht forum. Dankzij De Kindertelefoon en de Alles Oké? Supportlijn hebben alle kinderen en jongvolwassenen altijd iemand om mee te praten.



Alles oké?

SUPPORTLIJN



Emotionele problemen nemen op het forum en in gesprekken een belangrijke plaats in.



Leeftijdverdeling

- 8-9 jaar 7,7%
- 10-12 jaar 43%
- 13-15 jaar 38,3%
- 16-17 jaar 11%



Hoofdonderwerpen chat en telefonie

- Seksualiteit 11,4%
- Emotionele problemen 10,8%
- Thuis & Familie 10,1%
- Relaties & Liefde 9,9%
- Pesten 9,8%
- Overig 48%



Scan de QR-code en bekijk ons jaarverslag!



ECHT CONTACT

Kinderen ervaren bij ons echt contact. Er wordt naar hen geluisterd. Ze kunnen zichzelf zijn en over alles praten. Gesprekken met ons zijn vertrouwelijk. Onze vrijwilligers helpen kinderen om gesprekken te voeren en hun zelfinzicht te vergroten. Hiermee leren kinderen te vertrouwen op hun eigen kracht. Ook geven wij desgewenst informatie en begeleiden we hen waar nodig naar specialistische kennis en hulp.

Verdeling gesprekken



In verhouding werd in 2023 het vaakst contact opgenomen door **jongens (42%)**, gevolgd door **meisjes (35%)** en **groepjes (22%)**. Verder geven de rest van de kinderen aan zich te identificeren als **non-binar of transgender (1%)**.

ELKE DAG MEER DAN 1.000 GESPREEKEN

Elke dag voeren we via de telefoon en chat meer dan 1.000 gesprekken. Kinderen kunnen met De Kindertelefoon over álles praten. Van gevoelens van onzekerheid tot een thuissituatie die niet fijn is. Maar kinderen bellen en chatten ook regelmatig met iets leuks of grappigs, denk aan een mopje of een liedje. De Kindertelefoon neemt elk kind serieus en vindt het belangrijk dat kinderen over alles kunnen praten. Daar hoort samen lachen of af en toe een keertje uitproberen ook bij. De vrijwilligers laten kinderen weten dat ze altijd welkom zijn om naast het grappje ook iets anders te vragen of te vertellen. Wel houden we deze gesprekken kort, zodat we zoveel mogelijk kinderen te woord kunnen staan. Meer weten? Scan de QR-code voor ons jaarverslag!



Seksualiteit is het meest besproken thema op ons forum.



Hoofdonderwerpen forum

- Seksualiteit 30,2%
- Emotionele problemen 19,6%
- Relaties & Liefde 13,3%
- Lichaam & Gezondheid 9,6%
- Thuis & Familie 5,9%
- Overig 48%



“Het is fijn om er voor andere jongeren te zijn en ze soms een stapje verder te helpen.”

VOOR & DOOR JONGEREN

Chatten met jonge vrijwilligers (16 tot 18 jaar) kan elke dag tussen 18:00 en 20:00 uur. Soms kan het voor een kind fijn zijn om met iemand te praten van ongeveer zijn eigen leeftijd. Dan kunnen zij terecht bij de jongerenchat. In een gesprek kunnen deze vrijwilligers ook hun eigen ervaring en mening delen, maar alleen als beide partijen dit fijn vinden.



TROTS OP DE JONGERENRAAD

De Kindertelefoon werkt volledig vraaggestuurd. Het is voor ons heel belangrijk om te weten wat er speelt onder jongeren, zodat wij zo goed mogelijk kunnen aansluiten bij hun beleevingswereld. Daarom hebben we een jongerenraad: onze ogen en oren in de maatschappij. Ze praten mee over ontwikkelingen, denken mee over verbeteringen en hoe wij kinderen en jongeren het beste kunnen bereiken. Ook kunnen we een beroep doen op ons online jongerenpanel met zo'n 200 jongeren, waardoor we uitkomsten en ideeën nog breder kunnen testen.

ONS FORUM

Ons forum is al meer dan 10 jaar een veilige plek waar jongeren ervaringen delen, elkaar helpen en advies geven. Jaarlijks trekt het forum meer dan 1 miljoen unieke bezoekers. Jongeren gebruiken het om hun gedachten te delen en steun te vinden, vooral over seksualiteit en emotionele problemen wordt veel uitgewisseld. En wie een virtuele knuffel nodig heeft, krijgt een 'klavertje vier'. Dit staat symbool voor liefde, vertrouwen, geluk en hoop.