



Warten ist keine Therapie

Hamburg/Rheda-Wiedenbrück

HanseMerkur Preis für Kinderschutz ehrt Soulbuddies e. V. mit einem Mitarbeiterpreis

*Wenn junge Menschen psychisch belastet sind, beginnt für sie oft eine lange Wartezeit: Bis zu einem Therapieplatz vergehen Monate, in denen sie mit ihrer Belastung allein bleiben. Diese Versorgungslücke war der Anlass für die Gründung von Soulbuddies e. V. 2018 rief die Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin Solveigh Disselkamp-Niewiarra den Verein in Rheda-Wiedenbrück ins Leben. Heute begleitet ein Team von rund 100 Ehrenamtlichen Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene genau in dieser Zeit – verlässlich, kostenfrei und niedrigschwellig. Für das Projekt „Rat und Tat für Kinder und Jugendliche“ erhält der ostwestfälische Verein einen der zwei **Mitarbeiterpreise** des HanseMerkur Preises für Kinderschutz, welche die Belegschaft der HanseMerkur selbst auswählt. Die Auszeichnung ist mit **10.000 Euro** dotiert und wird im Rahmen der feierlichen Preisverleihung am 06. Oktober 2026 am Unternehmenssitz der HanseMerkur in Hamburg überreicht.*

Die psychische Gesundheit junger Menschen hat sich seit der Pandemie nicht erholt. Im Herbst 2024 zeigten rund 22 Prozent der Kinder und Jugendlichen Hinweise auf psychische Auffälligkeiten, vor der Pandemie waren es etwa 16 Prozent. Angststörungen bei 15- bis 17-jährigen Mädchen haben seit 2019 um mehr als die Hälfte zugenommen. Wer Hilfe sucht, wartet lange: Von der ersten Anfrage bis zum Beginn einer ambulanten Psychotherapie vergehen im Durchschnitt rund 32 Wochen – in ländlichen Regionen häufig noch deutlich länger. In dieser Lücke kann sich eine Belastung verfestigen.

„Die Soulbuddies schließen eine Lücke, die unser Versorgungssystem seit Jahren offenlässt – und sie tun das ohne großen Apparat, ehrenamtlich und fachlich begleitet“, würdigt Eberhard Sautter, Vorstandsvorsitzender der HanseMerkur, die Arbeit des Vereins. „Wer in einer psychischen Krise wochenlang keine Unterstützung erhält, verliert das Vertrauen, dass ihm überhaupt geholfen werden kann. Genau dieses Vertrauen halten die Soulbuddies aufrecht. Dass unsere Belegschaft diese Initiative gewählt hat, freut mich außerordentlich.“

Ein Haus, das nach Zuhause aussieht

Der Hauptsitz der Soulbuddies liegt in einem älteren, großen Haus in Rheda-Wiedenbrück, das der Verein zu einem Wohlfühlort umgestaltet hat. Jeder Beratungsraum ist individuell eingerichtet. Wer hereinkommt, merkt schnell, worum es hier geht: eine gute Atmosphäre schaffen, ins Gespräch kommen, Sicherheit geben. Das Ziel des Vereins ist seit der Gründung dasselbe geblieben: die Lücke zwischen akuter Belastung und professioneller Hilfe schließen und zwar so einfach zugänglich, dass die Unterstützung schnell wirken kann.

Vom Erstkontakt per WhatsApp zum passenden Buddy

Das Angebot ist bewusst niedrigschwellig. Ratsuchende, so nennt der Verein die Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen bis 25 Jahre, die zu ihm kommen,

melden sich meist per Nachricht oder E-Mail. Die meisten Kontakte entstehen über Weiterempfehlungen, über Lehrkräfte oder über Fachkräfte der Jugendhilfe. Es folgt eine offene Sprechstunde, die mehrmals pro Woche an wechselnden Standorten stattfindet, und ein Kennenlerngespräch. Danach überlegt das Team gemeinsam, welcher Soulbuddy passen könnte. Stimmt das Matching nach den ersten Gesprächen, begleitet dieser Buddy die ratsuchende Person so lange, bis die Belastung nachlässt oder ein Therapieplatz gefunden ist. Die telefonische Suche nach diesem Platz übernehmen die Soulbuddies auf Wunsch der Ratsuchenden selbst, dafür sind jede Woche mehrere Stunden eingeplant.

„Wir ersetzen keine Therapie, und das wollen wir auch nicht“, sagt Solveigh Disselkamp-Niewiarra, Gründerin von Soulbuddies e. V. und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin. „Aber wir sorgen als Team dafür, dass in der Zwischenzeit jemand da ist, verlässlich, ohne bürokratische Hürden und ohne Wartenummer. Für viele ist das der Unterschied, ob sie im Hilfesystem ankommen oder aufgeben.“

Rund 100 Ehrenamtliche – die meisten studieren noch

Getragen wird die Arbeit von rund 100 ehrenamtlichen Soulbuddies. Die Mehrheit sind Psychologie-Studierende, die sich bereits ab dem Bachelor engagieren können; hinzu kommen berufserfahrene Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, Lehrkräfte und Sozialpädagoginnen. Jede und jeder Studierende hat im Hintergrund eine erfahrene Fachkraft, die jederzeit ansprechbar ist und supervisorisch begleitet. Für Studierende ist das eine seltene Gelegenheit, früh und verantwortungsvoll mit Ratsuchenden zu arbeiten. Neben den Einzelgesprächen gibt es Gruppenangebote, die das Team nach Themen zusammenstellt. Wie groß der Bedarf ist, zeigt eine einfache Gegenüberstellung: Rund 100 Soulbuddies stehen derzeit rund 240 Ratsuchende gegenüber.

Beratung, die zu den Ratsuchenden fährt

Die Soulbuddies warten nicht darauf, dass alle den Weg zu ihnen finden. Offene Sprechstunden bietet das Team auch in Jugendzentren und Schulen an – und im „Soul-Mobil“, einem eigenen Fahrzeug, das der Verein zu einem kleinen Gesprächsraum umgebaut hat. Es fährt dorthin, wo eine ratsuchende Person den Weg sonst nicht bewältigen würde, und ermöglicht Kennenlerngespräche mit Jugendlichen, die zunächst niemandem erzählen möchten, dass sie Hilfe suchen. Allein im Mai dieses Jahres erreichten den Verein 78 neue Anfragen. Auch das Team stößt damit gelegentlich an Kapazitätsgrenzen. Ein Kennenlerngespräch ist in den allermeisten Fällen dennoch binnen zwei Wochen möglich.

Was das Preisgeld möglich macht

Plätze im Bundesfreiwilligendienst gehören ebenso zum Verein wie die ehrenamtliche Begleitung; manche, die einst selbst als Ratsuchende kamen, engagieren sich später im Team mit. Als gemeinnütziger Verein tragen die Soulbuddies ihre Arbeit ausschließlich über Spenden und Fördermittel, damit alle Angebote für junge Menschen kostenfrei bleiben. Mit dem wachsenden Bedarf steigen jedoch auch die Kosten: mehr Begleitungen, mehr Schulungen, mehr sichere Räume, mehr fachliche Qualität. Das Preisgeld von 10.000 Euro des HanseMerkur Preises für Kinderschutz hilft dem Team, diese Ausgaben zu decken und die Planungssicherheit zu schaffen, die es braucht, um das Angebot langfristig aufrechtzuerhalten und weiter auszubauen.

„Diese Auszeichnung holt jene Kinder und Jugendlichen ins Licht, die in ihrer psychischen Belastung oft im Schatten stehen – isoliert, beschämt, ohne zu wissen, wohin sie sich wenden können“, sagt Solveigh Disselkamp-Niewiarra. „Sie ist eine Botschaft an junge Menschen mit psychischen Problemen: Ihr seid nicht allein. Ihr habt ein Recht auf Hilfe. Und wir sorgen dafür, dass ihr sie bekommt – fachlich passend, schnellstmöglich und mit verlässlicher Unterstützung.“

Quellen

Psychische Auffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen: Kaman A., Erhart M., Devine J., Napp A.-K., Reiß F., Behn S., Ravens-Sieberger U., „Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Zeiten globaler Krisen. Ergebnisse der COPSY-Längsschnittstudie von 2020 bis 2024“, Bundesgesundheitsblatt 68 (2025).

Angststörungen und chronische Verläufe: DAK-Gesundheit, Kinder- und

Jugendreport 2025, veröffentlicht am 08.12.2025.

Wartezeiten auf einen ambulanten Psychotherapieplatz: BiPsy-Monitor / Versorgungsmonitor Psychotherapie, Universität Leipzig und Hochschule für Musik, Theater und Medien Hannover, 3. Erhebungswelle April 2026, 1.103 befragte Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten.

Angaben zu Gründung, Angebot und Arbeitsweise: Soulbuddies e. V., soulbuddies.net, Stand August 2026.

Angaben zu Anzahl der Ehrenamtlichen und Ratsuchenden, zum Soul-Mobil sowie zur Verwendung des Preisgeldes: Soulbuddies e. V., September 2026.

Bildquellen

- 3.jpg: Soulbuddies