

Medienmitteilung

Bern, 22. Juni 2026

Kinder und Jugendliche im PDA-Profil Zwei neue Selbsthilfegruppen für Eltern und Grosseltern in Bern

In Bern entstehen derzeit zwei neue Selbsthilfegruppen für **Eltern von Jugendlichen mit einem PDA-Profil** und **Grosseltern von Kindern mit einem PDA-Profil** (*Pathological Demand Avoidance*), das nach aktuellem Wissensstand am ehesten in den Bereich des Autismus-Spektrums einzuordnen ist. Die beiden Selbsthilfegruppenangebote richten sich an Angehörige, die im Alltag mit den besonderen Herausforderungen dieses Autismus-Spektrum-Profiles konfrontiert sind und den Austausch mit anderen Betroffenen suchen.

Die Betreuung von Kindern mit PDA-Profil, bei dem alltägliche Anforderungen oft als Bedrohung wahrgenommen werden, stellt Familien vor komplexe Situationen. Viele Angehörige fühlen sich mit ihren Erfahrungen allein und unsicher im Umgang mit den spezifischen Verhaltensmustern.

Die neue Selbsthilfegruppe für Grosseltern fokussiert sich auf die Klärung der eigenen Rolle innerhalb der Familie. Ein zentrales Anliegen ist es zu erfahren, wie andere Grosseltern ähnliche Situationen bewältigen. Insbesondere soll der Spagat zwischen der Übernahme von Verantwortung, der natürlichen Sorge um das Kind und dem eigenen Wunsch nach mehr Zeit für sich selbst thematisiert werden. Ziel ist es, durch den gegenseitigen Austausch neue Perspektiven zu entwickeln und eine Balance im Alltag zu finden.

Parallel dazu wird eine Selbsthilfegruppe für Eltern von Jugendlichen mit PDA-Profil aufgebaut. Der Fokus dieser Gruppe soll auf den spezifischen Herausforderungen der Pubertät und des jungen Erwachsenenalters liegen. Thematisiert werden können der Alltag, das Zusammenleben und die Beziehungsgestaltung zu Jugendlichen, für die Anforderungen oft bedrohlich wirken. Zudem können Erfahrungen mit Therapieansätzen sowie Fragen zur Berufsfindung und zu möglichen Wohnangeboten besprochen werden.

Der Aufbau und die ersten Treffen werden von Selbsthilfe BE begleitet. Die Teilnahme ist kostenlos und vertraulich. Die Gruppen starten, sobald sich genügend Teilnehmende angemeldet haben.

Interessierte können sich unverbindlich bei Selbsthilfe BE melden:

Telefon: 0848 33 99 00

E-Mail: info@selbsthilfe-be.ch

www.selbsthilfe-be.ch

3'841 Zeichen inkl. Leerzeichen

Hinweis an die Redaktion:

Die Initiant:innen der Selbsthilfegruppe für Grosseltern stehen für ein anonymisiertes Interview zur Verfügung und geben gerne Einblick in ihre Erfahrungen und Beweggründe zur Teilnahme an einer Selbsthilfegruppe. Für Interviewanfragen oder weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

Daniela Baumgartner | Beratung

Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Bern

Bollwerk 41 | 3011 Bern

T. 031 311 43 86, d.baumgartner@selbsthilfe-be.ch



Selbsthilfe BE

Selbsthilfe BE ist Anlaufstelle und Drehscheibe für die gemeinschaftliche Selbsthilfe im Kanton Bern und fördert Selbsthilfegruppen zu verschiedenen Themen des Sozial- und Gesundheitsbereiches. Ziel von Selbsthilfe BE ist es, Menschen in ähnlichen Lebenssituationen zusammenzuführen, um ihnen über die gemeinschaftliche Selbsthilfe mehr Lebensqualität zu ermöglichen, sowie die Öffentlichkeit für das Thema Selbsthilfe zu sensibilisieren und zu informieren. Selbsthilfe BE bietet in seinen vier Beratungszentren in Bern, Thun, Biel und Burgdorf folgende kostenlose Dienstleistungen an:

- Information und Beratung rund um das Thema Selbsthilfe und Selbsthilfegruppen
- Vermittlung und Vernetzung zu Selbsthilfegruppen
- Unterstützung und Begleitung beim Aufbau neuer Selbsthilfegruppen
- Beratung der Selbsthilfegruppen bei Fragen und Herausforderungen

Selbsthilfe BE ist im Auftrag der Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektion des Kantons Bern tätig.

Telefonische Beratung:

Mo-Do | 09.00-12.30 und 14.00-16.30 Uhr

0848 33 99 00

info@selbsthilfe-be.ch

www.selbsthilfe-be.ch

[Bilder zum Download](#)