

Medienmitteilung

Burgdorf, 24. März 2025

Neue Selbsthilfegruppe für herausfordernde Beziehungen zu Schwiegerkindern in Burgdorf

In Burgdorf entsteht auf Initiative einer Person aus der Region Burgdorf eine neue Selbsthilfegruppe für Eltern, die den Umgang mit ihrem Schwiegersohn oder ihrer Schwiegertochter als herausfordernd erleben. Unterschiedliche Erwartungen an Kommunikation, Familienwerte oder den Umgang mit Enkelkindern können zu Spannungen führen. Die neue Gruppe soll einen geschützten Rahmen für den Austausch mit anderen Schwiegereltern bieten.

Eltern, die in ihrer Rolle als Schwiegereltern auf Herausforderungen stossen, haben hier die Möglichkeit, sich gegenseitig zu unterstützen und gemeinsam neue Perspektiven zu entwickeln. Dabei geht es darum, eine Begegnung auf Augenhöhe mit dem Schwiegersohn oder der Schwiegertochter zu finden und neue Wege zu entdecken, um mit Gefühlen wie Ohnmacht, Verzweiflung oder Wut besser umzugehen. Zudem können die Teilnehmenden Strategien entwickeln, um für sich selbst Sorge zu tragen und den Fokus auf positive Aspekte der Beziehung zu richten.

Interessierte sind herzlich eingeladen, die Selbsthilfegruppe mitzugestalten. Die Teilnahme ist kostenlos und findet in einem vertraulichen Rahmen statt. Eine Beraterin von Selbsthilfe BE begleitet die ersten drei Treffen und berät die Mitglieder zur gemeinschaftlichen Selbsthilfe.

Mehr Informationen zur Initiative der Selbsthilfegruppe:

[Selbsthilfeangebote zum Thema Elternschaft](#)

2'763 Zeichen inkl. Leerzeichen

Kontakt für weitere Informationen:

Gabriela Kühni | Beraterin
Selbsthilfe BE | Beratungszentrum Burgdorf
Lyssachstrasse 91 | 3400 Burgdorf
034 422 67 05, g.kuehni@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](#)