Selbsthilfe BE
Info-Entraide BE

START
Januar 2027

Angehörige narzisstisch geprägter Menschen

Neue Selbsthilfegruppe in Burgdorf

Werden Ihre Grenzen wiederholt überschritten? Fühlen Sie sich manipuliert, kontrolliert, erniedrigt oder verunsichert? Wenn Sie ähnliche Erfahrungen in einer Partnerschaft oder Familie gemacht haben, müssen Sie damit nicht allein bleiben.

In Burgdorf entsteht eine Selbsthilfegruppe für Angehörige von narzisstisch geprägten Menschen. Im geschützten Austausch können Sie Wege finden, mit diesen erlebten Belastungen umzugehen, Grenzen zu setzen und neue Stärke zu gewinnen.

Mögliche Themen:

- Erfahrungen teilen und eigene Muster erkennen
- Mit seelischen Verletzungen und Selbstzweifeln umgehen
- Eigene Bedürfnisse erkennen und Selbstvertrauen stärken
- Gesunde Beziehungen gestalten

Interessiert?
Die Selbsthilfegruppe startet im Januar 2027. Für mehr Informationen melden Sie sich unverbindlich bei Selbsthilfe BE. Wir beraten zur Selbsthilfe, vermitteln in Gruppen, koordinieren und begleiten die ersten Treffen. Die Beratung und die Teilnahme sind kostenlos und werden vertraulich behandelt.

Start	Wo	Für wen	Kontakt
Januar 2027	Burgdorf	Angehörige	0848 33 99 00

Selbsthilfe BE
Beratungszentrum Burgdorf
Lyssachstrasse 91 | 3400 Burgdorf
0848 33 99 00 | info@selbsthilfe-be.ch

© Selbsthilfe BE, 2026

Im Auftrag von
Kanton Bern
Canton de Berne