



START
November
2026

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.

Interessiert?

Die Selbsthilfegruppe startet im November 2026. 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
November 2026	Burgdorf	Angehörige	0848 33 99 00

Mögliche Themen:

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



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

Im Auftrag von



Kanton Bern
Canton de Berne