



## Verlassene Eltern

**Gründung einer Selbsthilfegruppe in Bern für Mütter und Väter, deren erwachsene Kinder den Kontakt abgebrochen haben**



©InPixKommunikation-AdobeStock

Erwachsene Kinder, die den Kontakt zu den Eltern abbrechen – das löst bei den verlassenen Eltern viele Fragen aus. Die Gründe der Kinder für den Kontaktabbruch sind für die Eltern oft unverständlich, die Entscheidung nicht nachvollziehbar. Die Sehnsucht nach den Kindern, der Verlust und auch das ungewisse Gefühl, etwas falsch gemacht zu haben sind sehr belastend. Meist schämen sich die Eltern und trauen sich nicht, mit andern Menschen über ihre Not zu sprechen.

Geteiltes Leid ist halbes Leid: Der belastenden Situation wollen wir mit einer Selbsthilfegruppe begegnen. Gemeinsam wollen wir

- Uns gegenseitig Verständnis entgegenbringen und ermutigen
- Unseren Kummer und den Schmerz teilen
- Lernen mit der Situation umzugehen und für uns Lösungen suchen
- Zu uns Sorge tragen und den Blick auch aufs Gelingende richten.

Selber betroffen und interessiert am Austausch? Dann melden Sie sich bei Selbsthilfe BE.

---

### Informationen

Selbsthilfe BE, Beratungszentrum Bern, Bollwerk 41, 3011 Bern  
0848 33 99 00, [info@selbsthilfe-be.ch](mailto:info@selbsthilfe-be.ch)