

# Fachstelle Beratung

---

Die Fachstelle Beratung bietet bei psychosozialen Fragen Informationen und individuelle Beratung an. Wir sind zuständig für Suchtberatung sowie für Jugend- und Familienberatung. Im Beratungsgespräch suchen wir mit Ihnen nach Wegen und Lösungen. Dadurch können sich schwierige Situationen entspannen und Sie können Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten (wieder) gewinnen. Unsere Beratung ist freiwillig, vertraulich und steht allen Bewohnerinnen und Bewohnern der Gemeinden Köniz und Oberbalm zur Verfügung.

## Suchtberatung (Alkohol und andere Drogenprobleme, neue Medien, Essverhalten)

Wir beraten Sie gerne, wenn ...

- Sie selber Fragen zu Suchtmitteln oder zum eigenen Konsumverhalten haben
- Sie Ihre Suchtgewohnheiten ändern möchten
- Sie belastet sind durch ein Suchtproblem in Ihrer Familie oder in Ihrer Partnerschaft
- Sie als Eltern Ihre mitbetroffenen Kinder besser schützen möchten
- Sie als Lehrperson, Arbeitgebende, Vereinsleitende Suchtverhalten beobachten
- Sie über Suchtentstehung und -gefährdung mehr wissen möchten

## Jugendberatung (Jugendliche und junge Erwachsene)

Bei uns findest Du / finden Sie ein offenes Ohr und unsere Unterstützung bei

- schwierigen Situationen in der Schule, in der Ausbildung oder im Beruf
- Auseinandersetzungen mit Freund oder Freundin
- Konflikten in der Familie
- Fragen im Zusammenhang mit Alkohol und/oder anderen Suchtmitteln
- persönlichen Schwierigkeiten oder anderen Fragen

## Familienberatung

Wenn persönliche Sorgen oder Familienprobleme Sie bedrücken, unterstützen wir Sie dabei, wirkungsvolle Lösungen zu finden, die auch Ihren Kindern zu Gute kommen. Sie wünschen sich

- in Ihrer Aufgabe als Eltern sicherer zu werden
- im Familienalltag Konflikte lösen zu können
- den Zugang zu Ihrem pubertierenden Kind nicht ganz zu verlieren
- belastende Paarkonflikte zu bewältigen
- geeignete Hilfen bei Trennungsabsichten - für sich selbst und für die Kinder
- Verständnis und Hilfe für eine psychische Belastungssituation
- Andere Fragen mit einer Drittperson zu besprechen

## Leitung:

Patrik Gugger

## **Kontakt und Anmeldung (telefonische Voranmeldung erwünscht):**

Fachstelle Beratung  
Schwarzenburgstrasse 260  
3098 Köniz  
Telefon 031 970 94 14  
[beratung@koeniz.ch](mailto:beratung@koeniz.ch)

## **Weiterführende Informationen**

- [Flyer Sucht, Jugend, Familienberatung \[PDF, 212 KB\]](#)
- [www.be.ch/familie](http://www.be.ch/familie)
- [www.alkoholkonsum.ch](http://www.alkoholkonsum.ch)
- [www.bernergesundheits.ch](http://www.bernergesundheits.ch)
- [www.contactnetz.ch](http://www.contactnetz.ch)
- [www.selbsthilfe-be.ch/](http://www.selbsthilfe-be.ch/)