

Sucht-, Jugend- und Familienberatung

Belastet Sie ein Suchtproblem? Sind Sie in eine schwierige Situation hineingeraten und sehen keinen Ausweg? Leiden Sie unter Streit in der Familie oder dem Familienalltag? Wir unterstützen Sie in bedrückenden Lagen per Telefon, E-Mail oder im persönlichen Gespräch.



Probleme lösen sich in der Regel nicht von heute auf morgen. Schon kleine Schritte können jedoch eine belastende Situation merklich verbessern.

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.

Kostenlose und vertrauliche Beratung

Zur Beratung können Sie alleine, als (Ehe-)Paar, mit Ihrem Kind oder als Familie kommen. Über die Dauer und die Art des Kontakts entscheiden Sie.

Unsere Beratung ist freiwillig, kostenlos, vertraulich und steht allen Bewohner:innen der Gemeinden Köniz und Oberbalm zur Verfügung.

Die Berater:innen der Gemeinde Köniz haben eine Grundausbildung in Psychologie oder Sozialarbeit sowie eine therapeutische Zusatzausbildung.

Beratungsangebote

[Flyer Sucht-, Jugend- und Familienberatung.\[pdf, 2.2 MB\]](#) [\[pdf, 2.2 MB\]](#)

Suchtberatung (Alkohol- und Drogenprobleme, Online-Medien, Essverhalten)

Wir beraten Sie gerne, wenn ...

- Sie 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 in einer Beziehung / mit Freund:in,
- 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 in einer psychische Belastungssituation,
- andere Fragen mit einer Drittperson zu besprechen.

Kontakt und Anmeldung

Eine telefonische Voranmeldung ist erwünscht.

Fachstelle Beratung

Sägestrasse 65

3098 Köniz

[031 970 94 14](tel:0319709414)

beratung@koeniz.ch

- [Telefon- und Schalteröffnungszeiten](#)
- [Anfahrtsplan](#)

Weitere Informationen

Beratungsstellen

- [Köniz schaut hin](#)
- [Mütter- und Väterberatung](#)
- [Erziehungsberatung Region Köniz](#)
- [Pro Familia Ratgeber für Familien](#)
- [Beratung für binationale Paare frabina](#)
- [Informationsstelle für Ausländerfragen ISA](#)
- [Frauenhaus Bern und Beratungsstellen bei Gewalt](#)
- [Dachverband der Männer- und Väterorganisationen \(Unterstützung & Beratung\)](#)
- [Budget- und Rechtsberatung FrauenzentraleBE](#)

Hilfe in akuten Krisensituationen

- [143: Dargebotene Hand](#)
- [147: Beratung für Kinder und Jugendliche](#)
- www.dureschnufe.ch

Sucht

- www.elternundsucht.ch
- www.mamatrinkt.ch
- www.alkoholkonsum.ch
- www.contactnetz.ch

Weitere Unterstützungsangebote

- www.selbsthilfe-be.ch
- www.bernergesundheits.ch
- [WEGE Weierbühl](#)

Weiter zur Verwaltung

[Fachstelle Beratung](#)