

Praxis für Elternberatung * Gerberngasse 42 * 3011 Bern

Elterngruppe 2025 Eltern werden und Eltern sein: eine tragfähige Orientierungshilfe

Eltern sind stark gefordert, manchmal überfordert, ihren eigenen Weg im Elternsein zu finden. Noch nie hatten Eltern Zugang zu so vielen, nicht selten kontroversen Informationen und Ratschlägen. Auf dem Markt – im Buchhandel, in Fachzeitschriften und auf dem Netz – kursieren unzählige Elternratgeber. Es ist eine grosse Aufgabe, sich selbst in diesem Dschungel nicht zu verlieren, Informationen einzuordnen und einen gangbaren Weg zu finden.

Zugleich sind die heutigen Kinder und wir Erwachsenen mit grossen globalen und sozialpolitischen Herausforderungen konfrontiert. Um sich im Dickicht des Lebens zurecht zu finden, brauchen Kinder Leuchttürme, die ihnen Orientierung bieten. Doch wie kann ich als Mutter oder Vater Leuchtturm sein, wenn ich gerade selbst die Orientierung verliere?

Eltern im Jahr 2024 kommen nicht darum herum, sich mit sich selbst auseinanderzusetzen.

Mein eigenes Muttersein und meine Arbeit mit Eltern hat mich gelehrt, dass ich meine eigenen Werte kennen, festigen und immer wieder überprüfen muss, um Orientierung zu finden.

Die Elterngruppe bietet einen geschützten und geführten Rahmen, wo Sie sich als Mutter, als Vater im Austausch mit anderen Eltern auf den Weg machen können, um die eigene Spur zu finden. Im Zentrum steht die Auseinandersetzung mit dem persönlichen Muttersein und Vatersein und den eigenen Werten. Gemeinsam reflektieren wir und stellen uns Fragen wie: Was will ich als Basis für meine Familie? Was will ich als Fundament für mein Heim? Was finde ich so wertvoll, dass ich es meinem Kind mitgeben möchte? Und wie gelingt es mir, meine Haltung in meinem tagtäglichen Handeln umzusetzen?

In meinem Muttersein - und auch in meiner Arbeit - steht die Beziehung im Zentrum. Ich lerne jeden Tag von neuem, wie wichtig es ist, dass ich im Kontakt mit anderen ganz bei mir bleiben kann. Nur so gelingt es mir, meinem Gegenüber urteilsfrei, respektvoll und interessiert zu begegnen.

Aus dieser Haltung leite ich die Elterngruppe 2024. Theorieinputs und praktische Übungen, die sich an Thematiken aus der Gruppe orientieren sind ebenso Teil der Treffen, wie das gemeinsame Reflektieren und Austauschen.

Die «Elterngruppe 2024» richtet sich an Mütter und Väter von Kindern egal welchen Alters. Sie beinhaltet fünf Treffen in konstanter Gruppe und kann nur als Ganzes gebucht werden.

Daten 2025:

Sa, 31. Mai./ Sa, 28. Juni./ Sa, 30. Aug./ Sa, 20. Sept.

Zeit: 10h – 12h

Ort: Gerberngasse 42, 3011 Bern

Kosten: CHF 250.- für 4 Treffen (Reduktion für Paare: CHF 400.- für 4 Treffen)

Info&Anmeldung: Rahel Küffer, Hebamme & Fachberaterin EEH,
rahel.kueffer@mail.ch, 078 789 55 91, www.rahelkueffer.ch