

## MEDIENMITTEILUNG

17. März 2021

### Helpnet hilft Familien im Corona-Stress

*Das Corona-Jahr 2020 war besonders belastend für das Zusammenleben in der Familie. Die Familien- und Jugendberatung Helpnet unterstützt Eltern und Jugendliche bei der Bewältigung von Konflikten.*

«Wir fühlen uns gestärkt durch die Beratung und sind wieder handlungsfähig, mit den Herausforderungen innerhalb der Familie umzugehen», schreibt ein Vater, der die Unterstützung von Helpnet in Anspruch genommen hatte. Die Corona-Pandemie ist für Familien und Jugendliche eine grosse Belastung. Homeoffice, sehr eingeschränkte Freizeitgestaltung und Zukunftsängste führten zu erhöhtem Stress und zu einer starken Zunahme von Konflikten in den Familien. Kein Wunder also, dass die Nachfrage nach Beratung 2020 stark anstieg.

#### Hilfe suchen bevor es eskaliert

Die Familien- und Einzelberatungen stützen die psychische Gesundheit der Ratsuchenden und tragen dazu bei, dass die Betroffenen rechtzeitig professionelle Unterstützung finden. Auf diese Weise hilft Helpnet mit, kostenintensiven Interventionen vorzubeugen. Zum Beispiel bei einer Familie mit drei Teenagern, die sich kurzfristig in Quarantäne begeben musste. Die Familie erlebte diese Zeit als extrem belastend. Dabei ging es um Verunsicherungen bezüglich Arbeits- und Lehrstellen oder Themen wie Abgrenzung und Privatsphäre innerhalb der Familie. Bei Helpnet fand die Familie eine lösungs- und zielorientierte Beratung.

#### Neue Perspektiven entdecken

Helpnet ist ein Angebot der Abteilung Kind.Jugend.Familie KJF der Stiftung Jugendsozialwerk. Die Beratung hilft mit, dass Jugendliche neue Perspektiven im Leben entdecken. So schreibt eine Mutter: «Unser Sohn hat durch die Familienberatung wieder eine Tagesstruktur gesucht und gefunden. Das Zusammenleben hat sich deutlich entspannt.». Damit das niederschwellige Angebot weiterhin finanziert werden kann, ist es auf Spenden angewiesen. Infos dazu finden sich auf [www.jugendfonds.ch](http://www.jugendfonds.ch).

Helpnet ist rund um die Uhr erreichbar unter 0840 22 44 66.

#### Weitere Kontaktmöglichkeiten:

mail@helpnet-online.ch

WhatsApp: 076 315 31 34

**Nähere Informationen: [www.helpnet-online.ch](http://www.helpnet-online.ch)**

Die Familien- und Jugendberatung Helpnet ist ein Angebot von Kind.Jugend.Familie KJF der Stiftung Jugendsozialwerk Blaues Kreuz BL. Das Werk engagiert sich in der Präventionsarbeit sowie in der sozialen und beruflichen Integration. Zum Auftrag gehören Kinder- und Jugendförderung, Betreutes Wohnen und Programme zur Arbeitsintegration ([www.kjf.swiss](http://www.kjf.swiss); [www.jsw.swiss](http://www.jsw.swiss)).

