



## Ethische Richtlinien für die Beratungsarbeit

### Anzeichen für eine gut laufende Beratung

1. Sie fühlen sich wertgeschätzt, verstanden und angenommen. Der Berater nimmt Ihre Probleme ernst.
2. Sie und Ihre Probleme stehen im Zentrum des Gesprächs. Ihr Berater belastet Sie nicht mit eigenen Problemen und Schwierigkeiten.
3. Die Beratung stärkt Ihr Selbstvertrauen und Ihre Selbstachtung. Sie lernen dazu und es geht Ihnen besser; Rückfälle sind vorübergehend.
4. Ihr Berater nimmt auch Ihre kritischen Fragen ernst und ist bereit, mit Ihnen darüber zu reden.
5. Ihre Integrität wird respektiert. Ihr Berater schafft eine Atmosphäre, in der Sie alle Gefühle und Gedanken äussern können. Er respektiert es auch, wenn Sie nicht alles preisgeben wollen.
6. Ihr Berater achtet Ihre persönliche Freiheit. Er übt keinen Druck auf Sie aus, Ihre religiösen und politischen Überzeugungen zu ändern. Kommt Ihr Berater aufgrund eigener Werte und Normen in einen unlösbaren inneren Konflikt, spricht er dies an und schafft Transparenz.
7. Ihr Berater vermeidet Äusserungen und Handlungen, welche die Atmosphäre erotisieren und enthält sich jeglicher Zärtlichkeit und sexueller Handlungen.
8. Ihr Berater legt mit Ihnen zu Beginn der Beratung das Honorar fest und erwartet von Ihnen keine zusätzlichen Geschenke oder Hilfeleistungen.
9. Ihr Berater respektiert es, wenn Sie aus irgendeinem Grund die Beratung beenden möchten.

Diese Richtlinien von bcb (Bildungszentrum für christliche Begleitung und Beratung) orientieren sich an den Empfehlungen der VBG-Arbeitsgruppe Psychologie und Glaube.



## Sie wünschen Beratung?

Dann nehmen Sie doch unverbindlich Kontakt mit mir auf, um einen Termin zu vereinbaren.

Johannes Kuoni  
Rheinstrasse 2 (Kirchgemeindehaus)  
7302 Landquart  
079 424 94 56, G 081 330 84 50  
lebensberatung@ilnet.ch

<https://sites.google.com/site/christlichelebensberatung>

### Wo finden Sie mich?

Mein Büro befindet sich im Kirchgemeindehaus der Evangelischen Kirchgemeinde an der Rheinstrasse 2 im zweiten Stock. An der Haustüre bei "Büro Sozialdiakon" läuten. Mit dem Lift in den 2. Stock fahren - das Büro ist gleich neben dem Lift zu finden. Parkplätze sind beim Kirchgemeindehaus vorhanden.

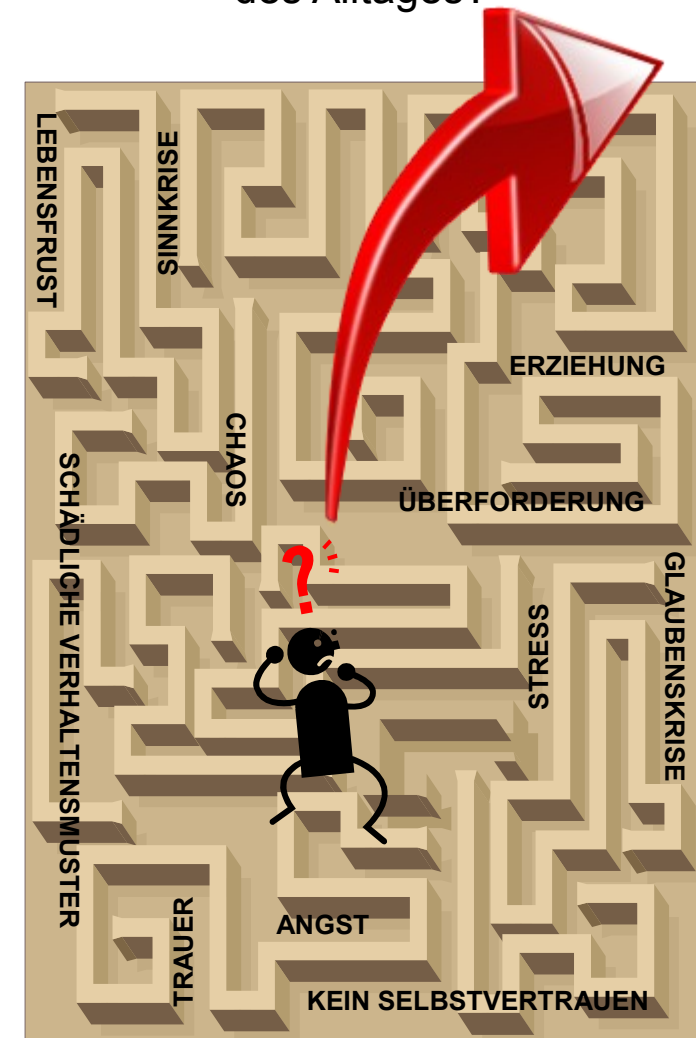
### Kosten?

Das Erstgespräch dient dazu, sich gegenseitig kennen zu lernen und ist auf jeden Fall unverbindlich und kostenlos.

Im Erstgespräch werden auch die Kosten für eine allfällige Beratung bei mir mit Ihnen abgesprochen. Bei dieser Absprache orientiere ich mich an der Empfehlung von bcb (Bildungszentrum für christliche Begleitung und Beratung). Für Berater in Ausbildung sind dies 40 Franken pro Gespräch mit Einzelpersonen, 70 Franken für die Beratung von Paaren und Gruppen.

Bitte beachten Sie, dass besondere finanzielle Absprachen möglich sind. Niemand soll aus finanziellen Gründen auf Beratung verzichten müssen.

# Auf der Suche nach dem Weg aus dem Labyrinth des Alltages?



## Lebensberatung kann Sie dabei unterstützen!



## Guten Tag

Es freut mich, dass Sie sich für mein Beratungsangebot interessieren.

Auf dem Flyer sehen Sie ein Labyrinth - das hat seinen Grund:

Der Alltag ist manchmal wie ein Labyrinth mit zahlreichen Herausforderungen, die wir meistens gut alleine bewältigen können. Manchmal stecken wir aber in Lebenssituationen, in denen wir selber nicht mehr wissen, wo und wie es weiter gehen soll.

Und oft ist es dann wie beim Labyrinth - von aussen werden Wege aus dem Labyrinth manchmal leichter entdeckt, als wenn man mitten drin steckt. Christliche Lebensberatung kann dies leisten: eine Situation aus einer anderen Perspektive betrachten und gemeinsam mit Ratsuchenden die geeignetsten Wege aus einer „Labyrinthsituation“ suchen - und dann auch Begleitung und Unterstützung auf diesem Weg bieten.

Allerdings - und da will ich keine falschen Hoffnungen machen - den Weg zum Ausgang zu gehen, kann Ihnen niemand abnehmen ... aber Beratung kann dazu beitragen, dass Sie sich mit möglichst wenig Irrwegen und Sackgassen auf den Weg Richtung Ziel machen können.

Eine rechtzeitig in Anspruch genommene Beratung kann verhindern, dass Krisensituationen eskalieren.

Für weitere Auskünfte zum Beratungsangebot oder für die Vereinbarung eines ersten, unverbindlichen Gesprächstermins finden Sie meine Adressangaben auf der Rückseite des Flyers.

Johannes Kuoni



## Die Beratung

### Mögliche Beratungsthemen

- Sinn-, Lebens- und Glaubenskrisen
- Stress/Überforderung in Familie/Beruf/Beziehung/Schule
- Umgang mit belastenden Ereignissen, Verlust, Trauer, Schuldgefühlen, mangelndem Selbstwertgefühl, Angst
- Auseinandersetzung mit problematischen Verhaltensmustern und der eigenen Biografie
- Coaching in Entscheidungssituationen
- Bearbeitung von Fragestellungen auf Grund des Persönlichkeitsfaktoren-Tests 16 PF-R
- Burnout-Prävention

### Meine Beratung

- Ist lösungsorientiert
- Ist individuell und orientiert sich an Ihren Ressourcen
- Liefert keine allgemeinen Ratschläge, sondern eine Palette von anerkannten Beratungsinstrumenten, die helfen, den für Ihre Situation und für Sie persönlich besten Weg zu finden – und dann auch zu gehen.
- Orientiert sich an christlichen Werten, steht aber allen offen.
- Ist vertraulich und findet unter Schweigepflicht statt.
- Wird durch Supervision regelmässig reflektiert.

### Beratungen, die ich nicht übernehme

Ich kenne meine Grenzen als Berater, deshalb übernehme ich keine Beratungen von Personen, deren Situation therapeutische oder psychiatrische Massnahmen erfordern. Möglich ist eine Beratung als Ergänzung zu einer Therapie oder auch die Unterstützung bei der Suche nach geeigneten Fachpersonen.



## Ihr Berater "in Kürze"

Johannes Kuoni, geboren 1968, verheiratet, Vater von zwei Söhnen in einem spannenden Alter  
Beruf: Sozialdiakon bei der Evang. Kirchgemeinde Igis-Landquart (50%), Hausmann im Vierpersonenhaushalt, Beratender Seelsorger

### Einige Stationen der Aus- und Weiterbildung

- Matura Typus A (Kantonsschule Chur)
- Dipl. Soziokultureller Animator FH (Hochschule Luzern, Soziale Arbeit)
- Diplom als Katechet (Evang. Landeskirche GR)
- Nachdiplomkurs als Praxisausbildner (Hochschule Luzern, Soziale Arbeit)
- Weiterbildung in begleitender Seelsorge (bcb)
- Seit 2009 in Ausbildung zum beratenden Seelsorger bei bcb (Bildungszentrum für christliche Begleitung und Beratung)
- Seminar 16 PF-R Persönlichkeitsfaktoren-Test

### Berufstätigkeit

- 13 Jahre Jugendarbeiter beim Jugendwerk Rätia mit Schwerpunkt Lagerarbeit/Suchtprävention/Gesundheitsförderung/Schulung und Beratung intern und extern
- Immer wieder: kleinere Pensen als Religionslehrer auf verschiedenen Stufen
- Praxisausbildner/Praktikumsleiter von Studierenden im Sozialbereich (Höhere Fachschule, Fachhochschule, Theologisch-Diakonisches Seminar)
- Seit 2003 Sozialdiakon bei der Evang. Kirchgemeinde Igis-Landquart mit Schwerpunkten Kinder/Jugend/Familien, Freiwilligenarbeit, (Familien)gottesdienste, Seelsorge, Projekte
- Seit 2009 Tätigkeit als christlicher Lebensberater/beratender Seelsorger, zunächst als Angebot der Evang. Kirchgemeinde Igis-Landquart, seit 2011 auf privater Basis.