



# Seelsorge

## Die Seele

Die Seele ist der Ort in dir, wo all dein Erlebtes seine Spuren hinterlässt – in Form von Prägungen, Gefühlen, Deutungen und Bewertungen. Manchmal kommen da Sachen einander in die Quere, prallen aufeinander oder brechen unerwartet auf. Da hilft die Versorgung der Seele, um das Gefüge wieder in Balance zu bringen.

## Was bedeutet Seelsorge?

**Seelsorge** lehnt an die Sorge Gottes um den bedürftigen Menschen an.

Unser Glaube befähigt uns, den Trost und die Ermutigung weiterzugeben, die wir von Gott erfahren haben.

### Seelsorge ist vielfältig:

- **Basis-Seelsorge** geschieht im Alltag. In vertraulichen Beziehungen nimmt sie Anteil an den Fragen und Nöten des Mitmenschen.
- **Beratende Seelsorge** begleitet professionell bei Fragen in Lebenskrisen, Minderwertigkeitsgefühlen, Beziehungsproblemen, belastenden Erlebnissen, Trauer, depressiven Verstimmungen oder Ähnlichem. Sie hilft dir, im Glauben zu wachsen und deine Persönlichkeit zu entwickeln.
- **Beichtgespräch und Krankengebet** sind weitere Angebote des seelsorgerlichen Auftrages.

## Was erwartet mich?

- Seelsorgerliche Gespräche sind **immer vertraulich** und unterliegen der Schweigepflicht.
- Gespräche finden üblicherweise zwischen Mann und Mann, Frau und Frau statt.
- Das Angebot ist kostenlos.
- Abhängig von deinem Anliegen sind möglicherweise mehrere Gespräche sinnvoll.

## Ich möchte Seelsorge

Wir helfen dir gerne, die geeignete Person für dein Anliegen zu finden.

### Kontaktiere uns:

- Pastoral-Team            044 228 90 90
- Ursula Ambühl            079 733 00 27 / ursula.ambuehl@vivakirche.ch  
Individualpsychologische  
Beraterin & Seelsorgerin (ICL)

Weitere **externe** professionelle christliche Beratungs-Angebote findest du hier. Diese eignen sich für eine längerfristige, prozessorientierte Begleitung. In der Regel sind hier mit Kosten zwischen CHF 80 bis 120.--/h zu rechnen.

- <https://www.bcb-schweiz.ch/beratung-seelsorge/vermittlung/>
- <https://www.icl-institut.org/berater-seelsorger/>
- <https://www.acc-ch.ch/ratsuchende>