



Stefan Kuster

Stellvertretender Leiter ZwüscheHalt Luzern

Dipl. Männerberater

Stefan Kuster ist im klassisch-traditionellen Familienumfeld in Luzern aufgewachsen, in der Zentralschweiz verwurzelt und Vater einer Tochter. Er arbeitet seit über 30 Jahren in der Bau- und Immobilienbranche als Architekt, Projektleiter und Berater. Seit 2020 ist er mit eigener Praxis in Luzern nebenberuflich als Berater/Coach für Männer tätig und bietet neben Einzelcoachings auch Wochenend-Seminare für Männer an.

Weiter engagiert sich Stefan Kuster auch auf nationaler Ebene im Dachverband Schweizer Männer- & Väterorganisationen als Kursleiter und Referent. Ehrenamtlich ist er zudem im «Mannebüro Luzern» mit einer Funktion betraut. Weiterbildungen im Bereich von körperorientierten Gruppen- und Selbsterfahrungskursen runden sein Berater-Profil ab. In seiner Freizeit trifft man ihn auf dem Motorrad oder in den Bergen an.

Es sind die eigens gemachten Lebenserfahrungen rund um Beziehung, Trennung/Scheidung, Vater werden und sein, Job/Jobverlust/Burnout, Gesundheit, Trauer aus denen Stefan Kuster heute sein Wissen schöpft. Stetes Reflektieren des selbst Erlebten in Verbindung mit Theorien aus der integrativen Prozessbegleitung und ganzheitlichen Körperarbeit bilden das Fundament für seine geschlechterreflektierte Arbeit mit Hilfe suchenden Männern. Stefans Anliegen ist es: Jungs, Männer und Väter auf ihrem Weg zu begleiten, sich mit ihrem ureigenen Zustand der inneren Freiheit zu verbinden und aus diesem grundlegenden Gefühl heraus in ihre Selbstbestimmung und Selbstwirksamkeit zurückzufinden. Sein Engagement im ZwüscheHalt Luzern ist für Stefan ein Herzensanliegen und eine erfüllende Aufgabe zugleich.

Fachlicher Hintergrund:

Architektur- und Wirtschaftsingenieurstudium FH

Management- und Kommunikations-Weiterbildungen

Kurse am IBP-Institut und IKP-Institut

Körperorientierte Gruppen- und Selbsterfahrungskurse als Teilnehmer und Assistent

Paar-Seminare zu Achtsamkeit und Präsenz in der Beziehung

Weiterbildung «Integrative Prozessbegleitung» bei SHIMA-Institut

Weiterbildung «Geschlechterreflektierte Männerarbeit» bei männer.ch

Kursleiter und Referent beim Väternetzwerk Schweiz

Sprachen:

Deutsch / Englisch