



Coaching Büro Berlin

Ulla Catarina Lichter

MEINE PHILOSOPHIE

Ich würde mich selbst als Freigeist bezeichnen, durch christliche Werte geprägt, nehme ich begeistert das an, was andere Kulturen an Philosophie, Religion und Methodik zu bieten haben, wenn Sie die Wertigkeit im Umgang mit Menschen und dem Leben auf diesem Planeten dienen: Liebe, Freiheit, Respekt, Achtsamkeit, Toleranz und Wertschätzung.

So versuche ich in meiner Arbeit meinen Klienten bestmöglich durch seine Prozesse zu begleiten, ihm für ihn in diesem Moment richtige Intervention zu bieten und ein Handwerkszeug zu geben, damit er sich persönlich entwickeln kann, wie er es für sich selbst wünscht. Dafür lerne ich und bilde mich stetig fort.



MEINE PHILOSOPHIE

Auch wenn Leben für mich stetiger Wandel bedeutet, kenne ich die Unsicherheiten und Ängste, die Veränderungen auslösen können.

Kenne das Ohnmachtsgefühl in Phasen der Stagnation und das Herzrasen in bewegten Zeiten. Ich biete meinen Klienten, während des Coachings einen geschützten Raum. Ich stehe Ihren Problemen neutral gegenüber, versuche nicht zu bewerten und lasse meinen Klienten stets die freie Wahl in ihren Entscheidungen.

Dabei bin ich von seiner Selbstheilungskraft und seiner Kompetenz überzeugt, sein Leben wieder aus eigener Kraft in für ihn positive Bahn zu lenken. Mit dem Recht auf Freude und Leichtigkeit, mit der Chance, Verantwortung tragen zu lernen und sich weiter zu entwickeln.



ULLA CATARINA LICHTER



Heilpraktikerin für Psychotherapie, Systemischer Coach und freie Autorin

Nach elf Jahren Arbeit in einem französischen Konzern verwirklichte ich im Jahr 2000 meinen Traum und wanderte nach Teneriffa aus. Dort arbeitete ich als Übersetzerin, freie Autorin und Redakteurin bei einer deutschsprachigen Zeitung. Nach vier Jahren kehrte ich nach Deutschland zurück und absolvierte in Berlin die Prüfung zur Heilpraktikerin für Psychotherapie. Ausgebildet in Hypnose-therapie, verschiedenen Entspannungstechniken, Systemisches Coaching und NLP. Zusätzlich bin ich Seminar-Trainerin für Improvisationstechniken und Trainerin für Medizinisches Qigong.

Im Mittelpunkt meiner Seminare steht Gesundheits-Coaching mit praktisch bezogenen Körperübungen zur Stressreduzierung und Vitalisierung.

Mein Motto: „Nur wer sich verändert, bleibt sich treu!“ (Wolf Biermann)

Kontakt:

Coaching Büro Berlin

Ulla Catarina Lichter

Postanschrift:

Nostitzstraße 17

10961 Berlin

Email: info@coachingbüro-berlin.de

Telefon: 030 77 00 82 88

