



Kompetenzprofil

Therapie und Coaching für Einzelpersonen, Paare und Gruppen

Claudia Saatmann, Dipl. Psychologin, psych. Psychotherapeutin

Schon sehr früh in meinem Leben habe ich mich mit der Frage beschäftigt, warum sich Menschen so oder so verhalten. Was sie hindert und was sie motiviert bestimmte Dinge zu tun oder zu lassen. Mein großes Interesse an der Vielfältigkeit menschlichen Verhaltens und mein Vertrauen in unser aller Fähigkeiten und Ressourcen spornt mich immer wieder an, diese gemeinsam mit meinen Klienten und für sie zu entdecken, zu erwecken und zu stärken.

Im Coaching arbeite ich mit meinen Klienten an von ihnen bestimmten Zielen. Der Fokus liegt auf der Gegenwart oder Zukunft. Ich unterstütze darin, ihre Ziele zu identifizieren, ihr Vertrauen in ihre Kompetenz zu wecken, ihre persönlichen Stärken zu nutzen, um Maßnahmen zu ergreifen.

Bei der Psychotherapie liegt der Fokus auf der Identifizierung und Aufarbeitung von Themen aus der Vergangenheit: Hindernisse, emotionale Verletzungen und Verhaltensmuster helfe ich zu verstehen, zu lösen und zu heilen.

Durch meine langjährige selbstständige Tätigkeit, meine Lehrtätigkeit und meine Arbeit als angestellte Psychologin in Privatpraxen und großen deutschlandweit agierenden Unternehmen durfte ich viele unterschiedliche Persönlichkeiten und ihre vielfältigen Lebenswege kennenlernen. Sie eine Zeit lang beratend und therapeutisch zu begleiten war für mich immer wieder eine erfahrungsreiche und vertrauensvolle Arbeit, die ich nun gern als psychologische Psychotherapeutin in eigener Praxis fortsetze – für Einzelpersonen, Paare und in der Gruppentherapie.

Kompetenzen

- Beratung, Coaching und Therapie • Konflikt- und Krisenintervention
- Begleitung von Veränderungsprozessen • Mediation • Moderation

Mein Fokus

- systemischer Ansatz
- ressourcen- und lösungsorientiertes Arbeiten
- schnelle und sensible Analyse von Situationen und Bedürfnissen
- kreative und individuelle Wege zur Problembewältigung
- emphatische Kommunikation
- humorvolle und positive Haltung