

## Claudia Kunze - Systemische Therapeutin

### Erfahrene Lehrerin (Level 2)

Soziologin

Systemische Therapeutin

Heilpraktikerin für Psychotherapie

Wie gehe ich mit Dingen um, die ich nicht ändern kann?  
Wie kann ich langfristig im Gleichgewicht bleiben? Wie finde ich mehr über den schmalen Grad zwischen Anregung und Überlastung heraus? Die Übungen aus dem Achtsamkeitstraining unterstützen dabei, die Wahrnehmung zu schärfen und neue Wege zu finden. Seit 2007 begleite ich Menschen auf ihrem Weg hin zu mehr Zufriedenheit und Lebensqualität. Impulse und Übungen zum Hören und Ausprobieren gibt es in meinem Podcast "Was mich glücklich macht.".

#### Achtsamkeitsausbildung

Institut für Achtsamkeit

#### Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2007

bundesweit tätig

#### Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement

Personalentwicklung mit Führungskräften

Team- und Organisationsentwicklung

#### Weitere Erfahrungen

Systemische Einzel-, Paar- und Familientherapeutin (DGSF zertifiziert), Trainerin für Stressbewältigung und Entspannungstechniken, Mediatorin, Coach, Yoga-Lehrerin, Ernährungsberaterin

#### Sprachen

Englisch, Französisch, Deutsch, Spanisch



#### Adresse

Marienburger Straße 5a

10405 Berlin

📞 0176-42011323  
✉️ mail@claudiakunze.de

<https://www.claudiakunze.de>