



blickReich
Systemische Beratung und Coaching

PROFIL – LIOBA ABBENANTE



Lioba Abbenante
Trainerin, Coach & Heilpraktikerin für Psychotherapie

blickReich GbR – Systemische Beratung und Coaching

✉ abbenante@blick-reich.de

☎ 0175 – 10 11 320



Mein Werdegang

Berufspraxis

- seit 2017 Heilpraktikerin für Psychotherapie mit eigener Praxis
- seit 2014 Gesellschafterin der **blickReich** GbR
- seit 1999 Beraterin, Coach & Trainerin in der **Organisations- und Teamentwicklung**
- dreijährige Tätigkeit als **Führungskraft** eines internationalen Teams
- drei Jahre Beraterin in einem **Veränderungsprojekt** in der staatlichen Entwicklungszusammenarbeit
- zwei Jahre **Leiterin** des Bereichs **Kundenaktionen** in einem Marketingunternehmen



Qualifikationen

- Zulassung als Heilpraktikerin für **Psychotherapie**
- Ausbildung in **systemisch-integrativer** Psychotherapie
- Ausbildung in systemischem **Coaching** und Veränderungsmanagement
- Ausbildung in **Hypnose** und **EMDR**
- Fortbildungen in **Organisationsentwicklung**
- M.A. in **Kulturanthropologie** und europäische Ethnologie
- **Sprachen:** Englisch, Französisch und Italienisch



Mein Coachingverständnis

Wann ist Coaching sinnvoll?

Herausforderungen, **Veränderungen**, Entscheidungen: In jedem Leben gibt es viele solcher Momente. Auch gibt es immer wieder **Themen**, mit denen Sie sich intensiver beschäftigen möchte, als dies Ihr Alltag zulässt.

Coaching bietet Ihnen die Möglichkeit, schnell und effektiv **individuelle Lösungen** zu finden. Als Coach bin ich Ihre Begleiterin, um mit Ihnen gemeinsam den für Sie und Ihre Situation passenden Weg zu finden.



Wie gehe ich vor?

- **Systemisch:** Wie wirkt Ihr Umfeld auf Sie, welchen Einfluss haben Sie auf Ihre Umgebung?
- **Lösungsorientiert:** Lösungsfokus statt Problemtrance
- **Machbar:** Welcher Weg ist für Sie möglich, gangbar und nachvollziehbar?
- **Konkret:** Erarbeitung von Handlungsschritten, die Sie sofort umsetzen können
- **Ressourcenorientiert:** Welche Fähigkeiten und Stärken helfen Ihnen, die Lösung zu erreichen?
- **Vertraulich:** Alles, was im Coaching zur Sprache kommt, wird vertraulich behandelt.

Wo coache ich?

- Vor Ort bei Ihnen in einem geeigneten Raum
- In unseren Räumen in der Regensburger Altstadt
- Wenn etwas in Bewegung kommen muss auch gerne an der frischen Luft, z.B. im Park oder an der nahegelegenen Donau



Mein Angebot als Trainerin

Themen

Selbstmanagement:

- Standortbestimmung
- Zustandsmanagement
- Resilienz und Umgang mit Belastungen
- Ziele- und Ressourcenarbeit

Kommunikation:

- Lösungsorientierte Beratung und Gesprächsführung
- Interkulturelle Kommunikation und Zusammenarbeit
- Pyramidal Präsentieren
- Storytelling

Führung:

- Resilientes Führen – gesundes Führen
- Positive Leadership
- Führung in heterogenen Teams
- Frauen in Führungspositionen



Was zeichnet mich aus?

- Gelassenheit und Humor
- Strukturelles, systemisches Denken und schnelles Erfassen von komplexen Zusammenhängen
- Prozessorientierte Herangehensweise
- Lösungs- und ressourcenorientiertes Arbeiten



Über mich

Geboren in München habe ich eine große Runde durch Deutschland und die Welt gedreht und bin nun seit mehr als einem Jahrzehnt wieder in Bayern angekommen. Hier lebe ich mit meiner Familie in einem kleinen Ort in der Nähe von Regensburg und freue mich immer wieder, wenn ich in meiner Praxis in dieser schönen Stadt bin.

Als Jahrgang 1966 habe ich mittlerweile das große Glück, mitzuerleben, wie meine Enkelkinder aufwachsen. Ich genieße das Leben im Grünen, die Arbeit im Garten und Sport in der Natur.



Nach meinem Studium der Kulturanthropologie habe ich in der Entwicklungszusammenarbeit gearbeitet und Organisationen und Teams beraten. Mein Arbeitsschwerpunkt hat sich jedoch mehr und mehr verlagert zur Beratung von Einzelpersonen.

Um dieser Tätigkeit gerecht zu werden habe ich 2009/ 2010 eine Coaching-Ausbildung gemacht und im Anschluss daran eine Psychotherapie-Ausbildung. Seit 2017 bin ich Heilpraktikerin für Psychotherapie mit eigener Praxis in Regensburg.