

## Über Anne-Kathrin Koch

Nach diversen Auslandsaufenthalten und einem Musiktherapie-Studium widmete sich Anne-Kathrin ihrem persönlichen Ziel: glücklich zu sein. Sie lernte und erforschte, wie es gelingt, alte Schmerzen und Traumata in Schönheit, Weisheit und Reife zu verwandeln, Beziehungen lebendig und erfolgreich zu gestalten, und dabei immer kraftvoller, kompetenter und handlungsfähiger zu werden.

Mittlerweile verfügt sie über 20 Jahre Erfahrung mit diversen Heilungsmodalitäten und hat mehr als zwei volle Jahre Lebenszeit mit Selbsterfahrung verbracht.

Mit Leichtigkeit und Humor unterstützt sie Menschen auf ihrem individuellen Beziehungs- und Lebensweg und lehrt praktische und handfeste Werkzeuge, die funktionieren, wenn nur einer sie anwendet.

Ihr Motto lautet: **„Es braucht BEIDE, um es zu vermasseln – aber nur EINEN, damit es gelingt.“**

Mit ihrer Zulassung als psychotherapeutische Heilpraktikerin arbeitet Anne-Kathrin Koch seit 2006 in eigener Praxis im Saarland, hält Vorträge, Webinare, Tages- und Wochenendseminare sowie Fortbildungen, und gibt Einzelsitzungen vor Ort und Online.

Ihre Website ist eine Inspirations-Quelle mit praktischen Beziehungs- und Kommunikations-Tipps.

2019

# LIVE

vor Ort & online

Für glückliches, lebendiges & erfolgreiches Miteinander

## Anne-Kathrin Koch

Beziehungs- und Kommunikations-Coach  
Heilpraktikerin für Psychotherapie

Im Birkenstück 25a

D-66583 Spiesen-Elversberg / Saarland

Telefon: + 49 (0) 6821 71672

E-Mail: [info@anne-kathrin.de](mailto:info@anne-kathrin.de)

## Live – vor Ort & online

### „Wie Kommunikation transformiert und gelingt“

23./24. Februar – 2 Tage

Du erweiterst dein Verständnis und deine Strategien und lernst Kommunikations-Kompetenz auf allen Ebenen.

### „Wie loslassen gelingt“

06. April – 1 Tag

Loslassen befreit, und es gelingt mit ein paar Tricks leichter als gedacht.

### „Motivation, Inspiration, Emotion“

25./26. Mai – 2 Tage

Statt Alltagstrott und mühsamen Pflichten, finde Schwung und Lebensfreude!

### „Sei dein Freund! Über Gelassenheit und Selbstliebe“

24./25. August – 2 Tage

Dich antreiben funktioniert auf Dauer nicht.  
Wie wär's mit Strategie-Wechsel?

Alle Angebote und detaillierte Infos findest du unter [www.anne-kathrin.de](http://www.anne-kathrin.de)

### „Veränderung wagen und Herausforderungen meistern“

26./27. Oktober – 2 Tage

Auf der Stelle treten ist keine Option – Trau dich!

### „Wer I(i)eben will, muss fühlen können“

30. November – 1 Tag

Lerne konstruktiven Umgang mit Gefühlen, so dass sie zur Quelle von Glück und Weisheit werden können.

### Öffentliche Vorträge

im Saarland und Rheinland-Pfalz

### Einzel-Coaching-Sitzungen

online & vor Ort, mit individueller Begleitung

### E-Kurs „8 Wege, um Streit und Differenzen zu überwinden“

Selbststudium mit Anleitung

### Audio-Trainings

Verschiedene Themen zum Download, je ca. 90 Min.

