



# CATHLEEN TISCHOFF

PSYCHOTHERAPIE | SEXUALBERATUNG | PRÜFUNGS-  
COACHING  
KONTAKT@LOSLEGEN-UND-LEBEN.DE, TEL: 0157/54 110 200

## MEIN WUNSCH

Menschen in Krisen  
kompetent begleiten:

- durch Überforderung und Depression
- (Prüfungs-)Ängste
- Zwickmühlen in der Partnerschaft, Arbeit oder Familie
- Burnoutprävention: Gesunde Grenzen setzen und Stress abschütteln
- Stabil durch die Trauer: Ohnmacht, Wut und Verzweiflung bewältigen
- Sexcoaching: endlich leichte und lustvolle Sexualität erleben
- Mit Plan & Gefühl: große Träume und Ziele umsetzen
- Gesunde Kommunikation erlernen

Mit Herz, Verstand, Humor –  
und jede Menge Fachwissen.

## LEHRE & BEGLEITUNG

DOZENTIN FÜR PSYCHOPATHOLOGIE UND PSYCHOTHERAPIE •  
AMARA BILDUNGS-AKADEMIE HANNOVER • 2016–HEUTE

- Online-Jahresausbildung und Prüfungsvorbereitung für angehende Heilpraktiker\*innen für Psychotherapie
- Sexuelle und Geschlechtliche Vielfalt (LGBTIQ+)
- Verhaltenstherapeutische Tools für die HPP Praxis
- Einführung in die Psychotraumatologie

### PRÜFUNGS- COACHING

Training zur Vorbereitung auf die Zulassung als HPP  
Step by step von der Visionsfindung bis zur Praxisgründung

### VORTRÄGE UND SEMINARE

Themen: Stressprävention und Burnout, Psychotraumatologie, Selbstfürsorge für Therapeut\*innen, Diversityansätze & LGBTIQ+ in Gesundheit, Pflege und Medizin, u.a. für die Akademie Waldschlöbchen und das QNN (Queere Netzwerk Niedersachsen)

LERNTHERAPEUTIN • HIQ-KIDS, PRAXIS FÜR LERNTHERAPIE UND  
HOCHBEGABTENDIAGNOSTIK NORDSTEMMEN • 2016-2017

Einzeltherapie und Lernförderung für Kinder mit Legasthenie /  
LRS, Dyskalkulie, AD(H)S und Hochbegabung

## FACHFORTBILDUNGEN

### TRAUMA UND TRAUER

- 2022, Trauerbegleitung, Christina Kratochvil, Hannover
- 2021, Somatisch-Emotionale Integration 1, Dami Charf, Göttingen
- 2021, Traumapädagogik (ECQAT Kinderschutzprogramm),  
Zertifikatskurs, Universität Ulm
- 2020, Traumapädagogische Begleitung mit leibtherapeutischen  
Methoden, Eva-Maria Lütkemeyer, Hannover
- 2006, Seelsorge im Ehrenamt, Boglarka Hadinger (Institut für  
Logotherapie und Existenzanalyse), Tübingen



PRAXIS  
TISCHOFF & TSITSIS  
JAKOBISTR. 6  
30163 HANNOVER



KONTAKT@LOSLEGEN-  
UND-LEBEN.DE



0157/54110200



INDIVIDUELLE  
BEGLEITUNG MIT HERZ  
& VERSTAND

## **SEXUAL- UND PAARTHERAPIE**

2022, Systemische Paarberatung /-therapie bei Christiane Lorenz-Wiegand und Zlata Tomasz-Wiegand, Hannover (i.A.)

2021, Sexual- und Paartherapie, Institut für Sexualtherapie und -pädagogik Frankfurt, Stefan Leschner

## **SUCHT, ESSSTÖRUNGEN, PSYCHOSOMATIK**

2022, Suchtberatung, Ina Reichinger, Hannover

2016, Essstörungen in der Adoleszenz, Zlata Tomasz-Wiegand

2015, Psychosomatik / Schmerztherapie, Dozent'innenteam amara

## **ENTSPANNUNG UND KOMMUNIKATION**

2018, Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

2015, Fachtherapeut „Entspannung“ – Durchführung AT / PMR; MBSR- Grundkurs (Mindfulness Based Stress Reduction nach Kabat-Zinn, Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson)

## **THERAPIEAUSBILDUNGEN**

---

### **PSYCHOTRAUMATOLOGIE - INTEGRATIVE TRAUMATHERAPIE (GPTG), ARBEIT MIT LSBTIQ\* GEFLÜCHTETEN UND MIGRANT\*INNEN • AKADEMIE WALDSCHLÖßCHEN • 2021 – 2023**

(i.A.) Bei Jakob Prousalis und Marina Cerena

### **KREATIVE LEIBTHERAPIE (PRACTITIONER) • ZUKUNFTSWERKSTATT THERAPIE KREATIV HANNOVER • 2020 – 2023**

(i.A.) Fachrichtung Musiktherapie, bei Eva-Maria Lütkemeyer

### **DIALOGISCHE AKTIVE IMAGINATION (DGAM) UND HUMANISTISCHE GESPRÄCHSFÜHRUNG NACH CARL ROGERS • 2014 – 2016**

Bei Gerhard Tiemeyer

### **SYSTEMISCHE THERAPIE • HEILPRAKTIKERIN FÜR PSYCHOTHERAPIE • HANNOVER • 2014 - 2017**

Bei Olaf Schwantes und Zlata Tomasz-Wiegand;

2016 erfolgreiches Bestehen der Prüfung als HPP

## **STUDIUM**

---

### **STUDIUM DER SEXUALWISSENSCHAFT • HOCHSCHULE MERSEBURG • MASTER, 2019 - 2023**

Inhalte: Sexuelle Gesundheit, Verhütung, Familienplanung, Sexual- und Paarberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung nach §219a StGB, Reproduktionsmedizin, Beratung nach AGG, Sexuelle und Geschlechtliche Vielfalt, Lebenslagen von LGBTIQ\*

### **KULTURWISSENSCHAFTEN & ÄSTHETISCHE PRAXIS • HILDESHEIM / ATHEN • DIPLOM 2006 - 2014**

mit Vertiefungsfach Psychologie Schwerpunkt: Persönlichkeitspsychologie und Wandelbarkeit psychiatrischer Diagnosen

Abschlussarbeit: „Queering Perception. Kategoriale Wahrnehmung und Geschlecht anhand der Audio-Video-Installation „Ever Is Over All“ (1996) von Pipilotti Rist“ (Note 1,0)

**1,5-jähriger Auslandsaufenthalt** als Stipendiatin an der Kunsthochschule Athen, Fachrichtung Graphik & Malerei

**Lore-Auerbach-Stipendiatin** für außergewöhnliches soziales Engagement in der Studierendenvertretung (AStA) der Universität und in einer Geflüchteteninitiative in Niedersachsen und Athen

**KOMPARATISTIK, ROMANISTIK & KULTURWISSENSCHAFT • TÜBINGEN • MAGISTER 2005 – 2006**

## **EIN LEBEN VOR DER PSYCHOTHERAPIE**

---

### **FESTIVALCOORDINATION/BEREICHSLEITUNG**

Ticketing, Personalplanung und Technik, z.B. für Folk'n'Fusion 2021, Sommerhopp 2019, Wallungen 2017 & 2019

### **LEITUNG DES FESTIVALZENTRUMS • THEATERFORMEN HANNOVER-BRAUNSCHWEIG • 2016/18**

Seitdem nebenberuflich selbstständig im Bereich Theater- und Lichttechnik für versch. Theater und Festivals, z.B. Sophiensäle Berlin, Fuchsbau Festival, den Kunstverein Hildesheim, u.v.m.

### **LEHRE: DOZENTIN ANIMATIONSFILM UND -TECHNIK • UNIVERSITÄT HILDESHEIM • 2013 - 2014**

vorher HiWi (wissenschaftliche Hilfskraft) für Sound und Raum, Technikassistenz für Kultur- und Universitätsveranstaltungen

### **REFERAT FÜR HOCHSCHULPOLITIK UND BÜNDNISARBEIT • REFERAT FÜR POLITISCHE BILDUNG • UNIVERSITÄT HILDESHEIM • 2010-2013**

Gewählte Vertretung im AStA (Exekutivgremium der Studierendenschaft), Gremien- und Bündnisarbeit, Senatsmandat und Sitz im Beirat des Studentenwerks OstNiedersachsen für 2 Jahre

### **KLANGPIRATEN KONZERT- UND EVENTMANAGEMENT • PERSONAL- UND FESTIVALCOORDINATION • SEIT 2010**

mehrwöchige Einsätze für Großveranstaltungen (D/A/CH/F)

### **KULTURMANAGEMENT • ASSISTENTIN DES PROGRAMMLEITERS • GOETHE-INSTITUT ATHEN • 2009- 2010**

Konferenzen, Ausstellungen, Eventorganisation, Gäste- und Künstler\*innenbetreuung, Public Relations

### **WORKCAMPS BEI IJGD / IBG „INTERNATIONALE BEGEGNUNG IN GEMEINSCHAFTSDIENSTEN“ E.V. • 2006 – 08, 2010 – 21**

Campleitung, Messevertretung, Freiwilligenkoordination und -schulung, Übersetzungen, Programmerstellung und PR

### **MUSEUM „ALTE KULTUREN“ • INSTITUT FÜR EMPIRISCHE KULTURWISSENSCHAFT TÜBINGEN • 2005 – 2007**

Ausstellungsbetreuung, Events und Führungen „Spiel und Spielzeug – ethnoLogisch!“