

KATIA STEILEMANN INTERIOR COACHING – EMPOWERMENT BY DESIGN



Katia Steilemann. Photo: Stefanie Päßgen

Katia Steilemann, a specialist in psychoarchitecture and interior design, offers a brand-new method of coaching.

As a pioneer in her field, she develops concepts that go far beyond traditional coaching and interior design: "My clients experience a lasting boost in energy, whether it's because they sleep better, can work with more focus or finally have a place where they feel really comfortable."

Many people find it easier to talk about furnishings and clutter than about emotions. This is where Katia Steilemann's concept comes in: "By engaging with our space, we gain access to deeper, often unconscious issues. I use methods from applied psychology and psychoarchitecture to help my clients understand themselves better and consciously shape change." Steilemann thus works with women who are ready to take their lives to the next level. Her clients, she says, are curious, and reflective and know that true change comes from within.

Katia Steilemann began coaching around 15 years ago alongside her international corpo-

rate career – with a consultancy firm in Hong Kong: "My expertise and experience in the fields of interior design, prevention and coaching, feng shui and psychoarchitecture enable me to understand people more deeply, to approach them with greater empathy and to use

spaces as powerful tools for mental health and personal development." During her international career in People Development and Talent Acquisition, she became increasingly aware that success and well-being are inextricably linked to the spaces in which we live and work: "This realization formed the foundation for my current concept," she states.

The coming years for Katia Steilemann will be characterized by international expansion and collaborations: Her book on room health will next be published in Portuguese and English. The coaching specialist is furthermore planning to join forces with an intercultural psychologist to shed light on the challenges of emigration. In Cologne, she will work with an interior designer to transform waiting rooms into 'feel-good spaces'. Last but not least, Steilemann also wants to promote the topic of mental health through lectures and social media more, always under the motto: 'Change your space and it will strengthen your psyche!'

www.steilemann.com



Author Katia Steilemann. Photo: Stefania Tassone

KATIA STEILEMANN INTERIOR COACHING – EMPOWERMENT DURCH DESIGN

Eine brandneue Methode des Coachings bietet Katia Steilemann, Fachfrau für Psychoarchitektur und Raumgestaltung.

Als Pionierin auf ihrem Gebiet entwickelt sie Konzepte, die weit über das klassische Coaching und die Raumgestaltung hinausgehen: „Meine Kundinnen erleben einen nachhaltigen Schub an Energie, sei es, weil sie besser schlafen, fokussierter arbeiten können oder endlich einen Ort haben, an dem sie sich richtig wohl fühlen.“

Über Einrichtung und Unordnung zu sprechen, fällt vielen leichter als über Emotionen. Hier setzt das Konzept von Katia Steilemann an: „Über die Auseinandersetzung mit unseren Räumen entsteht ein Zugang zu tieferen, oft unbewussten Themen. Mit Methoden aus der angewandten Psychologie und Psychoarchitektur unterstütze ich meine Kundinnen, sich selbst besser zu verstehen und Veränderungen bewusst zu gestalten.“ Diese Kundinnen, so Steilemann, sind vor allem Menschen, die bereit sind, ihr Leben auf das nächste Level zu heben. Sie sind neugierig, reflektiert und wissen, dass wahre Veränderungen von innen heraus geschehen.

Ihre Coaching-Karriere begann Katia Steilemann vor rund 15 Jahren parallel zu ihrer

internationalen Konzernkarriere mit einer Beratungsfirma in Hongkong: „Meine Expertise und Erfahrung in den Bereichen Interior Design, Prävention und Coaching, Feng-Shui und Psychoarchitektur ermöglicht es mir, Menschen tiefer zu verstehen, ihnen empathischer zu begegnen und Räume als kraftvolle Werkzeuge für mentale Gesundheit und persönliche Entwicklung einzusetzen.“ In ihrer internationalen Tätigkeit in den Bereichen People Development und Talent Acquisition wurde ihr zunehmend bewusst, dass Erfolg und Wohlbefinden untrennbar mit den Räumen verbunden sind, in denen wir leben und arbeiten: „Diese Erkenntnis bildete den Grundstein für meine heutige Tätigkeit.“

Die kommenden Jahre stehen für Katia Steilemann im Zeichen internationaler Expansion und Kooperationen: Ihr Buch *Meine Räume und ich* – zusammen sind wir stark erscheint nun auch auf Portugiesisch und Englisch. Zudem plant die Coaching-Fachfrau die Zusammenarbeit mit einer interkulturellen Psychologin, um etwa die Herausforderungen einer Auswanderung zu beleuchten. Vor Ort



Vortrag Katia Steilemann. Foto: Speakers Excellence

in Köln wird sie mit einer Interior-Designerin einige Wartezimmer in ‚Wohlfühlräume‘ verwandeln. Auch durch Vorträge und Social Media möchte Steilemann das Thema mentale Gesundheit weiter vorantreiben, immer unter dem Motto: ‚Verändere deine Räume und sie stärken deine Psyche!‘

www.steilemann.com



Interior Coaching Katia Steilemann. Foto: Stefanie Päßgen



Katia Steilemann. Foto: Stefanie Päßgen