VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

Kathrin Schrön

Dipl. Psychologin
Dipl. Pädagogin

Nach einer Pause von 2 Jahren, bedingt durch den Umzug nach Thüringen, nehme ich meine Achtsamkeitsarbeit (MBSR/MBCT) wieder auf. Ich lebe jetzt mitten in der Natur, was meine eigene Achtsamkeitspraxis inspiriert und vertieft. Die Natur kann dabei helfen, uns selbst zu erkennen, uns zu erden, schärft unsere Sinne. Ich kann müde, gestresst , frustriert in den Wald hinein gehen und komme verändert wieder aus ihm heraus - entspannt und gestärkt.

Adresse

Theo-Neubauer-Str. 141
99848 Wutha-Farnroda

036921/279988
0151/56080836
kathrin@stressbewaeltigung-thueringen.de

http://www.stressbewaeltigung-thueringen.d

Achtsamkeitsausbildung

Institut für Achtsamkeit und Stressbewältigung Bedburg bei Linda Lehrhaupt und Petra Meibert

Fortbildungen

Dipl. Psychologin, Fortbildungen in Psychodrama, Eutonie, Körpertherapie

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2006
regional tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement

Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen

Pädagogin/Pädagoge

Psychotherapie und Kliniken

Heilpraktiker/in Psychotherapie