

Thomas Schneider

Lehrer für Achtsamkeits- basierende Verfahren

Ich bin seit dem Jahr 2000 hauptberuflich als Achtsamkeits-Lehrer tätig.

Es ist mir ein Anliegen, Menschen mit effizienten, auf Achtsamkeit und auf der Natur des Geistes basierenden Methoden zu begleiten und Ihnen dabei zu helfen, ein besseres Leben zu gestalten.

Achtsamkeitsausbildung

- MBSR Lehrer Ausbildung bei Linda Lehrhaupt Institut für Achtsamkeit und Stressbewältigung
- PNT Lehrer Ausbildung bei Rick Hanson Positive Neuroplasticity Training
- MSC Lehrer Ausbildung bei Christopher Germer Center of Mindful Self- Compassion MSC

Fortbildungen

in verschiedenen auf Achtsamkeit basierenden Verfahren wie MSC, ACT, MBCL, PNT

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2000
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement
Personalentwicklung mit Führungskräften
Team- und Organisationsentwicklung

Psychotherapie und Kliniken

Heilpraktiker/in Psychotherapie

Weitere Erfahrungen

- 2012 bis 2016 Studium der Buddhistischen Psychologie am Tibetzentrum Institut - IIHTS (Internationales Inst

Sprachen

Englisch, Deutsch

Veröffentlichungen

„Funken sprühen – An antidote for disconnection, loneliness and dehumanization.“

<https://funkensprueher.ch/index.php/2020/03/28/thomas-schneider/>

Magazin Ursache/ Wirkung über Meditation & Wandern



Adresse

Felderweg 5
6991 Mittelberg

☎ +49 8321 4079277

✉ info@wegezumsein.com

<http://www.wegezumsein.com>

https://www.ursachewirkung.com/achtsamkeit/3772-meditation-und-wandern?fbclid=IwAR1AOIQYyhtcx67-kgZDhaRxFgHHgdH6wzihT6ncT7z_KB88Ajar5A_q58M

You Tube/ 5 Minuten Meditation mit Thomas
<https://youtu.be/LtefCqnh7Yo>

Magazin Wanderlust/ Meditatives Wandern: Auf dem Weg zu sich selbst
<https://www.wanderlust-magazin.de/de,de/entdecken/geniessen/meditatives-wandern-auf-dem-weg-zu-sich-selbst,article00004913.html>

Zeitung die Welt / Entspannen im Kleinwalsertal
https://www.welt.de/newsticker/dpa_nt/serviceline/beruf_bildung/berichte/article112071787/Entspannen-im-Kleinwalsertal.html

Magazin Focus/ Ein Hauch von Fernost in den Alpen
[ein-hauch-von-fernost-in-den-alpen-kleinwalsertal_id_2085664.html](https://www.focus.de/reise/beruf_bildung/berichte/article112071787/Entspannen-im-Kleinwalsertal_id_2085664.html)

Wege Zum Sein Blog Beiträge
<https://www.wegezumsein.com/meditationsblog/>