

Katharina Schacht

Senior Teacher (Level 3)

Senior Teacher (MBSR/MBCL/MBCT), Supervisorin (MBI), IFS-Therapeutin
Heilpraktikerin für Psychotherapie, ehemals Vorstand im MBSR/MBCT-Verband
Businesscoach, Personalerin

Als Achtsamkeits-, Mitgefühlslehrerin sowie Supervisorin und IFS-Therapeutin begleite ich Menschen. Ich arbeite mit Privatpersonen, in Unternehmen, Forschungsprojekten (Max Planck Gesellschaft), Kliniken und Schulen sowohl in Präsenz- als auch Online-Formaten. Mein Unterrichtsstil ist geprägt von meiner Begeisterung und Freude an der Arbeit mit Menschen, meiner eigenen langjährigen Praxiserfahrung als Meditierende und einem frischen, neugierigen Blick auf das, was auftaucht und was es braucht.

Achtsamkeitsausbildung

MBSR & MBCL: Institut für Achtsamkeit
MBCT: Achtsamkeitsinstitut Ruhr
IFS-Therapie: IFS-Akademie
Supervisorin Ausbildung: Lot Heijkens Mindfulness

Fortbildungen

Supervisorin für Mindfulness
MBCT: Mindfulness-Based Cognitiv Therapy
MBCL: Mindfulness-Based Compassionate Living
IFS-Therapeutin

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2010
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement
Personalentwicklung mit Führungskräften
Team- und Organisationsentwicklung

Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen

Zusatzqualifikation

Psychotherapie und Kliniken

Heilpraktiker/in Psychotherapie
Weitere Erfahrungen



Adresse

Jungfrauenthal 45

20149 Hamburg

📞 0160 78 41 985

✉️ www.katharinascacht.de

<http://www.katharinascacht.de>

Vorstandsmitglied MBSR-/MBCT-Verband,
Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Tania Singer, Max-Planck
Gesellschaft (Soziale Neurowissenschaften) und Charité
Berlin