

# Katharina Schacht Senior Teacher (Level 3)

Senior Teacher (MBSR/MBCL/MBCT), Supervisorin (MBI)

Heilpraktikerin für Psychotherapie, Vorstand im MBSR/MBCT-Verband Businesscoach. Personalerin

Als Achtsamkeits-, Mitgefühlslehrerin und Supervisorin für Mindfulness-Based Interventionprogramme begleite ich Menschen. Ich unterrichte in eigener Praxis in Hamburg, in Unternehmen, Forschungsprojekten (Max Planck Gesellschaft), Kliniken und Schulen sowohl in Präsenz- und Online-Format. Mein Unterrichtsstil ist geprägt von meiner Begeisterung und Freude an der Arbeit mit Menschen und einem frischen und neugierigen Blick auf das, was auftaucht und was es braucht.

## Achtsamkeitsausbildung

MBSR & MBCL: Institut für Achtsamkeit

MBCT: Achtsamkeitsinstitut Ruhr

Supervsorin Ausbildung: Lot Heijkes Mindfulness

## Fortbildungen

Supervisorin für Mindfulness

MBCT: Mindfulness-Based Cognitiv Therapy
MBCL: Mindfulness-Based Compassionate Living
Supervsorin Ausbildung: Lot Heijkes Mindfulness

#### 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

Vorstandsmitglied MBSR-/MBCT-Verband,

#### Adresse

Lokstedter Weg, 36

20251 Hamburg

**%** 0160 78 41 985

http://www.mbsr-eppendorf.de



Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Tania Singer, Max-Planck Gesellschaft (Soziale Neurowissenschaften) und Charité Berlin