

Nicole Höft

Erfahrene Lehrerin (Level 2)

Sonderschullehrerin/-pädagogin

Eine gute Schule funktioniert auf der Basis gelingender Beziehungen sowie gesunder Lehrkräfte und Schüler*innen, die sich wohlfühlen und für sich und andere sorgen können:

Ich praktiziere daher mit viel Freude und Engagement seit 2014 Achtsamkeit, Mitgefühl und Entspannung mit Lehrkräften, Lehramtsstudierenden/Lehrkräften im Vorbereitungsdienst sowie Schülern*innen allen Alters im Rahmen meines Unterrichts. Als Supervisorin unterstütze ich Lehrkräfte, die in der Schule Achtsamkeit lehren.

Achtsamkeitsausbildung

Forum Achtsamkeit, Rüdiger Standhardt und Dozententeam

Fortbildungen

Sonderschullehrerin/-pädagogin (Schwerpunkt: emotionale und soziale Entwicklung/Lernen); regelmäßige Lehre von Stressbewältigung durch Achtsamkeit in der Lehrerausbildung (Leuphana Universität Lüneburg) und Lehrerfortbildung in Hamburg und Schleswig-Holstein

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2014

regional tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement

Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen
Pädagogin/Pädagoge
Zusatzqualifikation



Adresse

Babendiekstraße 42

22587 Hamburg

📞 04041358935

✉️ hoeft@mbsr-blankenese.de