VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

Alan Schink

Sozial- und Kulturwissenschaftler, Dr. phil., M. A.
MBSR- und Achtsamkeitstrainer
Systemischer Coach und Gestaltberater (DGfC)

Mir sind Ethik, Nachhaltigkeit und Pragmatismus wichtig. Meditation und Achtsamkeit unterrichte ich so, wie ich sie selbst tagtäglich praktiziere – nicht primär um Leistungsfähigkeit zu steigern, sondern um Einsichten zu erlangen und so einen Unterschied in der Wahrnehmung und im Alltagshandeln machen.

Achtsamkeitsausbildung
Zentrum für Achtsamkeit, Stuttgart

Fortbildungen
Dr. phil. Soziologie
Coaching in System und Gestalt (DGfC)

Als Trainer/in in Unternehmen
seit 2016
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement

Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen
Weitere Erfahrungen
ZPP-Zertifizierung (Teilkostenerstattung durch Krankenkassen), Tätigkeit in Unternehmen (BGM), in psychosozialen Bereich, an Bildungseinrichtungen und Hochschulen

Sprachen
Englisch, Deutsch

Veröffentlichungen
Resonanz und Achtsamkeit - eine entschleunigte Replik. In: Soziologie Magazin, 2017

https://soziologieblog.hypotheses.org/10774

„Mein Körper ist mein Tempel“. Überlegungen zur Beziehung von Körper, Leib und Materialität im modernen Yoga. In: Architekturen und Artefakte. Zur Materialität des Religiösen, 2017

Adresse
Neuffenstraße 7

71384 Weinstadt

0178 806 23 66
info@mbsrstuttgart.de

http://www.mbsrstuttgart.de

https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-658-10404-7_14

“Being here fully”: Autoethnographic Approaches to Mindfulness-Based Stress Reduction as an Embodied Group Interaction of an Authentic Self. In: Embodied Reception - South Asian Spiritualities in Contemporary Contexts, 2023

https://www.equinoxpub.com/home/view-chapter/?id=44430