VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

Hildegard Stuff

Zertifizierte MBSR-Lehrerin
Trained Teacher für Mindful Self-Compassion (MSC),
Lehrbeauftragte im Fachbereich Psychologie
Universität Regensburg

Achtsamkeitsausbildung
Arbor Seminare

Weitere Erfahrungen
Schwerpunkt Self-Compassion/ Umgang mit schwierigen Emotionen, Integration von Methoden aus der hypnosystemischen Therapie/ Achtsamkeit für Studierende. Alle aktuellen Termine für MBSR, MSC, Vertiefungsangebote und Workshops, s. Webseite.



Adresse
Pflanzenmayerstr. 18

93049 Regensburg

0160 500 31 65
stuff@mbsr-zentrum-regensburg.de

https://mbsr-zentrum-regensburg.de/