

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. 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/>