

Kathrin Skoupil

Senior Teacher (Level 3)

Heilpraktikerin für Psychotherapie, Dipl.-Sozialpädagogin
Systemische Therapeutin, HAKOMI®-Therapeutin,
Dipl.-Sozialpädagogin
MBSR-Lehrerin

Als MBSR-Lehrerin und Körperpsychotherapeutin, lege ich in meiner Arbeit besonderen Wert auf eine möglichst persönliche Begleitung meiner Kursteilnehmer und kann auch für Menschen mit einem herausfordernden psychischen Hintergrund einen sichereren Rahmen bieten.

Ich verstehe mich als professionelle und zugleich herznahe Begleitung, bei der ich, gemeinsam mit meinen Kursteilnehmern einen vertrauensvollen Rahmen für das Einlassen auf dem Weg der achtsamen Hinwendung zu sich selbst schaffe.

Achtsamkeitsausbildung

Rüdiger Standhardt, Odenwald-Institut

Fortbildungen

1. Einzelcoaching zur Stressprophylaxe und Stressbewältigung für Mitarbeiter*innen und Führungskräfte
2. Stressbewältigung und Selbstfürsorge durch Achtsamkeit -für Unternehmen
-für Schulen und Kindertagesstätten
> Schnupperworkshops
> Tages- oder Halbtagesseminare
> Live-Online-Workshops

Als Trainer/in in Unternehmen

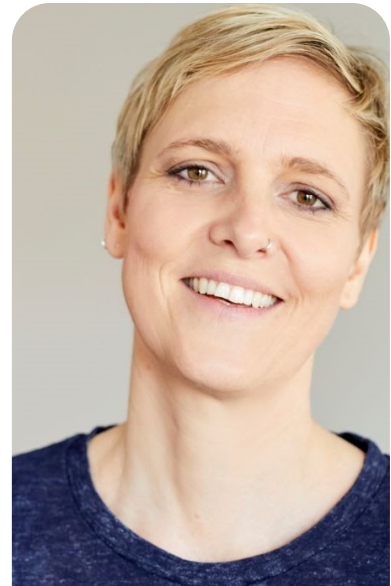
seit 2001
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement
Personalentwicklung mit Führungskräften
Team- und Organisationsentwicklung

Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen

Pädagogin/Pädagoge



Adresse

Heidelberger Str. 41

64285 Darmstadt

☎ 0178/2186404

✉ info@achtsamkeit-darmstadt.de

<https://www.mbsr-darmstadt.de>

Zusatzqualifikation

Psychotherapie und Kliniken
Heilpraktiker/in Psychotherapie