

**Grit Ulrike Tautenhahn**  
**Senior Teacher (Level 3)**

Heilpraktikerin  
Physiotherapeutin (MPhtyManip.)  
Achtsamkeitslehrerin MBSR-MBCT-MBCL

Ulrike lehrt MBSR seit 2009. Auch in ihrem therapeutischen Tun ist Achtsamkeit die Basis für jeden Kontakt. Schwerpunkt hier ist die Arbeit mit Menschen, die unter muskuloskelettalen Beschwerden leiden. Hier liegt ihre Spezialisierung in der Diagnostik/ Therapie von Kopf- Kiefer- Nacken- Schulter- Armsyndromen sowie im chronischen Schmerzmanagement.

Andererseits berät und begleitet sie Menschen zu den Themen Achtsamkeit & Stress als auch Menschen, die an Folgen traumatischer Erfahrungen leiden.

**Achtsamkeitsausbildung**

Institut für Achtsamkeit und Stressbewältigung 2009

MBCT 2013

MBCL 2015

Weiterbildung bei: Jon Kabat Zinn & Saki Santorelli 2012 & 2017

Teacher Training / Bodhi College

**Psychotherapie und Kliniken**

Heilpraktiker/in Psychotherapie

**Weitere Erfahrungen**

langjährige Spezialisierung auf chronische Schmerzsyndrome & Traumatata (SomaticExperiencing); seit 2009

**Sprachen**

Englisch, Deutsch



**Adresse**

Schwändlesteig 1  
87466 Oy-Mittelberg (Allgäu)

+49 (0) 8366 /

+49 (0) 151 / 61 22 80 34

info@mbsr-oberland.de

<http://www.mbsr-oberland.de>