

## 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 & Traumata (SomaticExperiencing); seit 2001 Meditations-und Dharma-Praxis

## 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