

Anja Drings

MBSR - Lehrerin
Pilotin
Fluglotsin

Ich bin von Haus aus Pilotin (Flugkapitän bei British Airways), wo ich auf Kurz- und Langstrecke insgesamt über 20 Jahre geflogen bin, bevor ich aus gesundheitlichen Gründen „das Headset an den Nagel hängen“ musste.

Davor war ich einige Jahre Fluglotsin in Hamburg, Bremen und Lübeck.

Nach meinen eigenen bewegenden Erfahrungen in meinem ersten MBSR-Kurs als Schmerzpatientin wuchs mein Wunsch, diese wunderbare Methode einmal weitergeben und selbst unterrichten zu dürfen.

Achtsamkeitsausbildung

Zertifizierte MBSR-Lehrerin
Burnout - Beratung
ETF - Klopfakupressur
Traumasensitive psychologische Beratung
Beratung bei Migräne und Schmerzen

Psychotherapie und Kliniken

Heilpraktiker/in Psychotherapie

Weitere Erfahrungen

HPP mit eigenem Praxisraum

Sprachen

englisch, deutsch



Adresse

Am Dreilingsberg 7
23570 Travemünde

☎ +49017642771205
✉ kontakt@mbsr-ostholstein.de

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