

Tania Wehrs

Systemischer Coach
Achtsamkeitslehrerin MBSR

Als Expertin für Krisen, Umbrüche und alltägliche Ausnahmesituationen biete ich MBSR-Kurse und Achtsamkeitscoaching für Privatpersonen an. Achtsamkeit ist für mich die Einladung zur Erforschung der Wahrnehmung. Mein Fokus liegt darauf, Dich bei der Entwicklung einer inneren Haltung zu unterstützen, mit der Du mit klarem Kopf und offenem Herz durch schwierige Zeiten navigieren kannst.

Aktuell biete ich Kurse auf dem Schiff Paula in Berlin-Friedrichshain an der Rummelsburger Bucht an.

Achtsamkeitsausbildung

- Ausbildung zur MBSR-Lehrerin bei arbor Seminare
- Meditationspraxis seit 2014
- "Power of Awareness" bei Jack Kornfield und Tara Brach

Weitere Erfahrungen

- Krisen- und Konfliktcoaching
- Persönlichkeitsentwicklung
- Achtsamkeit und Selbstfürsorge im Beruf



Adresse

Samariterstr. 30
10247 Berlin

☎ 017680261272
✉ post@schoene-aussichten-coaching.de

<http://schoene-aussichten-coaching.de>