

Béatrice Heller

Psych. Beraterin/MBSR-Lehrerin & -Ausbildnerin
Time To Think Coach/Ausbildnerin
Lehrerin für Interpersonelle Achtsamkeit (IMP)

Seit bald 24 Jahren unterrichte ich MBSR und bilde seit 2011 Kursleitende in Deutschland und er Schweiz an. Ein grosses Geschenk auch für mich. Eines meiner Herzensprojekte ist dabei die achtsame Kommunikation und die Kultivierung einer wertschätzenden Präsenz im Gespräch. Deshalb schenke ich diesem oft sehr herausfordernden Lebensaspekt sehr viel Herzblut, indem ich Achtsamkeit und Denkraum verbinde.

Achtsamkeitsausbildung

CFM Mass. USA

Veröffentlichungen

„Achtsamkeit, mit offenen Augen durch's Leben“

<https://www.orellfuessli.ch/shop/home/artikeldetails/ID40353645.html>



Adresse

<http://www.beatriceheller.ch>