

Doris Meißner

*Dipl.-Sozialwissenschaftlerin,
Dipl.-Ernährungswissenschaftlerin (FH)
*Zertifizierte MBSR-Lehrerin
*Kursleiterin Achtsamkeit in der Natur/Waldbaden
*Systemische Beraterin
*Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg
(Ausbildung beim Zentrum für Gewaltfreie
Kommunikation Steyerberg e.V.)
*Yogalehrerin
*zertifiziert im Programm "Achtsame Hochschule" der
HS Osnabrück

Achtsamkeitsausbildung

Institut für Achtsamkeit <https://www.institut-fuer-achtsamkeit.de/>
<https://dorismeissner.com/>

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2014
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement
Personalentwicklung mit Führungskräften
Team- und Organisationsentwicklung

Weitere Erfahrungen

Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg
(Ausbildung beim Zentrum für Gewaltfreie
Kommunikation Steyerberg e.V.), Systemische
Beratung, Kurse zu Achtsamkeit in der Natur und
Waldbaden, Yogalehrerin
Zertifiziert im Programm "Achtsame Hochschullehre" an
der Hochschule Osnabrück

Veröffentlichungen

Meißner, D. (2024): Achtsamkeit in der
Lehrkräftebildung: Das Potenzial eines Online-
Achtsamkeitstrainings für die
Persönlichkeitsentwicklung. In: Graf, U., Iwers, T., Altner,
N. & Stauinger, K. (2024). Persönlichkeitsbildung in
Zeiten von Digitalisierung. Schriftenreihe zur
Humanistischen Pädagogik und Psychologie, hg. von J.
Bürmann, H. Dauber, T. Iwers & U. Graf. Bad Heilbrunn:
Klinkhardt.

<https://elibrary.utb.de/doi/epdf/10.35468/9783781560734>



Adresse

Hannover

☎ 0176 83096113
✉ info@dorismeissner.com

<http://dorismeissner.com/>

Meißner, D. (2023): Achtsamkeit in der Schule: Online-Achtsamkeitstraining zur Förderung von Resilienz im Schulalltag. „Dyadendialog“ als ausgewähltes Format zur Begünstigung von Reflexion und Austausch. DiMawe –Die Materialwerkstatt, 5(2), 16–27.

<https://doi.org/10.11576/dimawe-6253>

<https://www.dimawe.de/index.php/dimawe/article/view/6253/5700>

Meißner, D. (2022): Gesund bleiben durch Achtsamkeit. In: Zeitschrift Grundschule. Für Lehrer:innen, die Veränderungen gestalten. Stress lass nach! Achtsamkeit in der Schule. Ausgabe 6-2022.

<https://www.westermann.de/anlage/4651549/Gesund-bleiben-durch-Achtsamkeit>

Meißner, D. (2019): Achtsamkeit in der Hochschullehre. Eine qualitative Untersuchung eines Online-Achtsamkeitstrainings für Lehramtsstudierende.

https://www.pedocs.de/volltexte/2020/18025/pdf/MidW_75_Meissner_Achtsamkeit_in_der_Hochschullehre.pdf