

Christina Maubach

MBSR-Achtsamkeitslehrerin

MBCT-Lehrerin

Dipl.-Kunsttherapeutin

- zertifizierte MBSR- und MBCT-Lehrerin

- mehrjährige Erfahrung als Achtsamkeitstherapeutin im Bereich der Psychosomatik

- 1 1/2 jähriger Aufenthalt und Schulung der Meditationspraxis in einem Zen-Kloster; Mitbetreuung von Meditationsseminaren und Retreats

- Teilnahme an der MBCT-Fortbildung (MBCT: achtsamkeitsbasierte Kognitive Therapie)

- eigene Meditationspraxis seit 2005 (vorwiegend Zen-Meditation)

Jahrgang 1986, verheiratet, 2 Kinder.

Adresse

Mittelbinge 16

34130 Kassel

01590 100 9514

christina.maubach.kassel@gmail.com

<http://www.achtsamkeit-kassel.de>

Achtsamkeitsausbildung

Achtsamkeitsinstitut Ruhr bei Prof. Dr. J. Michalak und Dipl. Psychologin P. Meibert

-MBSR-Zertifizierung 2019

-MBCT-Zertifizierung 2025

Weitere Erfahrungen

Mein Kursangebot ist von der Zentralen Prüfstelle für Prävention zertifiziert, d.h. meine Kurse werden in der Regel von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.