

## Rients Görbitz

Zertifizierter Lehrer für Achtsamkeit und MBSR  
Zertifizierter Mindful2Work-Lehrer  
MCP-Teacher, Zertifizierter Happy Panda Trainer

»Ich glaube, dass Kinder und Erwachsene alles in sich tragen, was sie brauchen, um den Wandel unserer Zeit mit Achtsamkeit, Mitgefühl und innerer Stärke zu meistern. Als Vater und zertifizierter Achtsamkeitslehrer begleite ich Kinder, Eltern und Pädagog\*innen dabei, Vertrauen, Resilienz und Verbundenheit zu fördern – für ein bewusstes und erfülltes Leben.«

### Achtsamkeitsausbildung

- Seit 2010 tägliche Meditationspraxis
- Zert. Lehrer für Achtsamkeit u. MBSR (Dipl. Psych. Gerd Metz)
- Mindful Compassionate-Parenting-Teacher (Dr. Jörg Mangold)
- Zert. Mindful2Work-Teacher (Prof. Susan Bögels)
- Zert. Happy Panda Trainer (Dr. Cécile Cayla)

### Fortbildungen

Trainer, Coach und Consultant in agilen und unternehmenskulturellen Veränderungsprozessen.

### Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2017  
bundesweit tätig

Erfahrung in:

Personalentwicklung mit Führungskräften  
Team- und Organisationsentwicklung

Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen  
Zusatzqualifikation



### Adresse

Haubachstr. 23

22765 Hamburg

☎ +4915678555900

✉ kontakt@aware-hamburg.de

<http://www.aware-hamburg.de>