

### Ines-Caroline Mahr

Selbstständig als systemische Supervisorin, Coach und Beraterin (DGSF)

staatlich anerkannte Arbeitserzieherin

Systemisch denken. Achtsam handeln. Bewusst wirksam sein.

Als MBSR-Lehrerin sowie systemische Supervisorin, Coach und Beraterin (DGSF) begleite ich Menschen mit warmherziger Präsenz und fachlicher Klarheit. Mein Schwerpunkt liegt auf Stressreduktion, Resilienz und Führung – in achtsamen Räumen, die innere Ruhe, Reflexion und Entwicklung fördern.

### Achtsamkeitsausbildung

ZAS Stuttgart:

Unter der Leitung von Susanne Breuninger-Ballreich und Dr. Britta Hölzel

### Fortbildungen

Systemische Supervisorin (DGSF)

Systemische Coach (DGSF)

Systemische Beraterin (DGSF)

Systemische Therapeutin

Zweijähriger Zertifikatslehrgang Führungskompetenz durch Mindful Leadership, Universität Witten/ Herdecke und Trigon Entwicklungsberatung

Systemische

Organisationsentwicklung nach Trigon und SySt

Basis Curriculum in positiver Psychologie – EUPPA

Zertifiziert

Aufbauweiterbildung „Arbeit mit komplex traumatisierten Menschen“

### Als Trainer/in in Unternehmen

seit 1999

regional tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement

Personalentwicklung mit Führungskräften

Team- und Organisationsentwicklung



### Adresse

Blumenstraße 7

60318 Frankfurt am Main

☎ 015128732213

✉ [mbsr@icm-frankfurt.de](mailto:mbsr@icm-frankfurt.de)

<http://www.icm-frankfurt.de>

Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen  
Pädagogin/Pädagoge  
Zusatzqualifikation  
Weitere Erfahrungen  
Siehe Webseite