VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN
MBSR-MBCT

Diplom-Psychologin Heike Alsleben

Senior Teacher (Level 3)



Psychologische Psychotherapeutin
Diplom-Psychologin

MBSR-, MBCT- Und MBCL-Senior-Lehrerin und Supervisorin.
Langjährige Erfahrung in der Ausbildung von MBCT-Lehrenden am Institut für Achtsamkeit Bedburg.
Anbieterin von Stilletagen im Kloster.
Sie finden mich mit viele Impulse zur Achtsamkeit bei LinkedIn und Instagram (potenzial.achtsamkeit und kraft.des.innehaltens).
Aktuell biete ich keine Einzelpsychotherapie an.

Achtsamkeitsausbildung

Institut für Achtsamkeit und Stressbewältigung, Bedburg

Psychotherapie und Kliniken

Psychol. Psychotherapeut/in

Weitere Erfahrungen

Achtsamkeitsbasierte Supervision
Traumasensitive Achtsamkeit
Umgang mit spirituellen Krisen

Veröffentlichungen

Achtsame Wege aus der Depression
https://www.scorpio-verlag.de/Buecher/297/AchtsameWegeausderDepressionAchtsamleben.html

Hörbuch: Achtsame Wege aus der Depression
https://www.audible.de/pd/Achtsame-Wege-aus-der-Depression-Hoerbuch/B084KSXLP8

Ein Kurs in Achtsamkeit. MBCT: der heilsame Weg aus Niedergeschlagenheit und Depression - leider vergriffen
https://www.heike-alsleben.de/de/veroeffentlichungen.php

Adresse

Hamburg

0170 -9260458
mail@heike-alsleben.de

http://www.heike-alsleben.de