

Tanja Hesse

Erfahrene Lehrerin (Level 2)

Dipl. Sozialpädagogin
Systemische Therapeutin (DGSF) & Mind Body Medicine
Therapeutin
MBSR, MBCL, MBCT, Yoga, Qi Gong und AT Lehrerin,
Psychoonkologin, Systemische Familientherapeutin
(DGSF)

Als Systemische Therapeutin und Mind-Body Medizin
Therapeutin arbeite ich schon seit 20 Jahren mit dem
MBSR-Konzept und unterstütze besonders chronisch
Kranke Menschen. Dadurch habe ich viel Erfahrung
sammeln können, besonders der liebevolle Umgang mit
sich selbst und die Fähigkeit zu entwickeln Achtsamkeit
in seinen Alltag zu integrieren sind Schwerpunkte meiner
Kurse. Durch mein breitgefächertes Wissensspektrum
kann ich gut Menschen abholen und sie auf ihrem
individuellen Weg begleiten.

Achtsamkeitsausbildung

Linda Lehrhaupt
Heike Alsleben
Erik van den Brink

Fortbildungen

Dipl. Sozialpädagogin,
Systemische Therapeutin (DGSF)
Psychoonkologin (DKG)
Gestalttherapeutische Beraterin (FPI)
Qi Gong Yangsheng Lehrerin, MBCT, MBCL,
Achtsamkeit mit Kindern, Yoga Lehrerin, GfK
(Gewaltfreie Kommunikation), Psychoonkologin,
Akzeptanz- und Commitment-Therapie

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2001
regional tätig

Erfahrung in:

Gesundheitsmanagement
Personalentwicklung mit Führungskräften
Team- und Organisationsentwicklung

Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen

Pädagogin/Pädagoge



Adresse

Birkenstraße 19

46485 Wesel

☎ 01772478187

✉ tanja.hesse@gmx.de

<http://www.tanja-hesse.com>