

Esther Mrongowius

Senior Teacher (Level 3)

Dipl. Betriebswirtin
Coach & Trainerin (Resilienz, Stressmanagement,
Achtsamkeit)
langjährige Führungskraft

Die Haltung der Achtsamkeit, langjährige Praxis von
Yoga und Zen-Meditation begleiten mich durch mein
tägliches Berufs- und Privatleben. Sie lassen mich die
Begegnung und das Miteinander mit jedem Menschen
und dessen Individualität mit Wertschätzung und voller
Freude erfahren und erleben.

So stelle ich mich schnell auf Ihre spezielle
Fragestellung ein und freue mich, Sie mit Spaß und
Humor authentisch und empathisch ein Stück auf Ihrem
Lebensweg bei Ihrem individuellen Prozess zu begleiten.



Adresse

Sternallee 3
68723 Schwetzingen

☎ 06202-57 62 61
☎ 0173 - 5 410 480
✉ em@embcc.de

<http://www.embcc.de>

Achtsamkeitsausbildung

Institut für Achtsamkeit und Stressbewältigung (IAS): Dr.
Linda M. Lehrhaupt
European Center for Mindfulness (EZfA): Prof. Dr. Jon
Kabat-Zinn
HBT Akademie: Sylvia Kéré Wellensiek
Freirauminstitut für Humanistische Psychologie (FRI)
Schweiz/USA)

Fortbildungen

MBSR-Lehrerin (zertifiziert MBSR-Verband)
Zen-Sitzgruppenleiterin (zertifiziert Leere Wolke - Willigis
Jäger)
Integraler Coach (zertifiziert H.B.T.)
Certified Consulting Hypnotist (NGH)
Mental Trainerin / EFT- (zertifiziert FRI)

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 2002
regional tätig

Erfahrung in:

Personalentwicklung mit Führungskräften

Sprachen

Englisch, Deutsch