

Alexander Berger

Senior Teacher (Level 3)

MBSR- / MBCL- / MBCT-Lehrer, Systemischer Berater
Personal- / Organisationsentwickler

Achtsamkeitsausbildung

Institut für Achtsamkeit und Stressbewältigung

Fortbildungen

Achtsamkeitsmeditation (Vipassana) seit 1992
Studium der frühbuddhistischen Psychologie

MBSR-LEHRER – SENIOR TEACHER (LEVEL 3)*
MBSR – Mindfulness-Based Stress Reduction
Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion
Ausbildung am Institut für Achtsamkeit und
Stressbewältigung bei Dr. phil. Linda Lehrhaupt (2012)

MBCL-LEHRER

MBCL – Mindfulness-Based Compassionate Living
Achtsamkeitsbasiertes Training zur Kultivierung von
(Selbst-)Mitgefühl
Ausbildung am Institut für Achtsamkeit und
Stressbewältigung bei Frits Koster, Dr. med. Erik van
den Brink und Dipl. Psych. Jana Willms

MBCT-LEHRER

MBCT – Mindfulness Based Cognitive Therapy
Achtsamkeitsbasierte Kognitive Therapie
Ausbildung am Institut für Achtsamkeit und
Stressbewältigung bei Dipl. Psych. Heike Alsleben und
Dr. med. Erik van den Brink

SYSTEMISCHER BERATER

2-jährige Ausbildung am Wieslocher Institut für
systemische Lösungen bei Dr. phil. Rudolf Klein, Dr. phil.
Oliver Florig, Dr. phil. Tilman Staemmler, Dr. phil.
Andreas Kannicht und Dipl. Psych. Birgit Theresa Koch

ACT (Akzeptanz und Commitment Therapie / Training)
Ausbildung am IF Weinheim - Institut für systemische
Ausbildung und Entwicklung bei Tom Pinkall und Dr.
med Hagen Böser

Personal- / Organisationsentwickler
Arbeitsbewältigungs-Coach (ab-c)



Adresse

Uhlandsstraße 54
68799 Reilingen

☎ 06205 - 2554666

☎ 0176 - 43103131

✉ info@systemisch-achtsam.de

<http://www.systemisch-achtsam.de>

Als Trainer/in in Unternehmen

seit 1992

regional tätig

Erfahrung in

Gesundheitsmanagement

Personalentwicklung mit Führungskräften

Team- und Organisationsentwicklung

Weitere Erfahrungen

Achtsamkeitsbasierte Kurse (MBSR / MBCL / MBCT)
und Trainings (ACT)

Arbeit mit Menschen im Kontext von Schmerz,
Überbelastung, emotionalen Krisen und
Selbstabwertung

Systemische Beratung

Systemische Aufstellung

Kontemplative Dyadenarbeit

Achtsamkeit in Organisationen

Achtsamkeitstraining für pädagogisches Personal
(AkiJu)

Begleitung von Veränderungsprozessen

Führungskräfte Coaching

Konfliktcoaching

Systemische Team- und Organisationsentwicklung

Systemische Aufstellung