

UNTERRICHT**Kursleitung (13)**

Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR)
 Kontemplatives Training mit Dennis Johnson
 Wien, 7. Mai - 25. Juni 2019

Offene Praxisgruppe: Gelassenheit, Mitgefühl und Freude Kultivieren
 Kontemplatives Training mit Dennis Johnson
 Online, 4. März - 24. Juni 2019

Positive Neuroplastizität: Eine Einführung [Online Teaser]
 Kontemplatives Training mit Dennis Johnson
 Online, 2. März 2019

Introducing Positive Neuroplasticity
 European Transpersonal Conference XIX
 St. Petersburg, 21. September 2018

Gelebte Achtsamkeit
 Bewusstseinskongress: Enrich Yourself, Enrich the World
 Neuruppin, 15. September 2018

Achtsames Selbstmitgefühl
 Bewusstseinskongress: Enrich Yourself, Enrich the World
 Neuruppin, 16. September 2018

Offene Praxisgruppe: Achtsamkeit und Selbstmitgefühl
 Akademie für Bewusstseinsforschung
 Wien, Dezember 2016 - Juni 2017

Selbstmitgefühl: Eine Einführung
 Kontemplatives Training mit Dennis Johnson
 Graz, 17-18. März 2018

Achtsamkeit: Eine Einführung
 Kontemplatives Training mit Dennis Johnson
 Klagenfurt, 25-26. November 2017
 Graz, 18-19. November 2017
 Bad Gams, 26-27. August 2017

Mindfulness and Self-Compassion for Social Transformation
 International Transpersonal Conference Prague 2017
 Prag, 30. September 2017

Themenabend: Selbstmitgefühl
 Akademie für Bewusstseinsforschung
 Wien, 23. November 2016

Themenabend: Achtsamkeit
 Akademie für Bewusstseinsforschung
 Wien, 16. November 2016

Co-Kursleitung und Assistenz (8)

Achtwochenkurs: Achtsames Selbstmitgefühl (MSC)
Dennis Johnson & Tina Baumgartner
Wien, 28. Februar - 25. April 2019
Wien, 27. November 2018 - 29. Jänner 2019

Transpersonales Atmen mit Anna Flemming
Vienna Academy of Visionary Art Cultural Space
Wien, 1.-2. Dezember 2018

Advanced Training mit Ingo Jahrsetz und Judith Miller
Internationales Institut für Bewusstseinsforschung und Psychotherapie Freiburg
Südschwarzwald, 26.-31. August 2018

*Dreijährige Ausbildung in Transpersonale Psychotherapie, Spirituelle Begleitung und
Transpersonales Atmen*
Internationales Institut für Bewusstseinsforschung und Psychotherapie Freiburg
Südschwarzwald, 24.-29. Oktober 2018
Südschwarzwald, 9.-13. April 2018
Kefalonia, 3.-9. Oktober 2017

Abendkurs Transpersonales Atmen mit Anna Flemming
Herzbewusst Akademie
Bad Fischau, 14. November 2017
Bad Fischau, 19. Dezember 2017

*Achtsamkeit und Selbstmitgefühl im Kurs Bewusstseinspraxis mit Rudolf Kapellner und Claudia
Mosgöller*
Akademie für Bewusstseinsforschung
17.-19. März, 19.-21. Mai, 30. Juni - 2. Juli & 22.-24. September 2017

FORTBILDUNGEN**Kursleitertrainings für achtsamkeitsbasierten Verfahren (4)**

Minfulness-based Stress Reduction Lehrerausbildung
Arbor Seminare

(2.-7. Oktober 2018, 13.-17. Februar & 9.-12. Mai 2019)

Mindful Self-Compassion Teacher Training

Arbor Seminare

(13.-19. Oktober 2018)

Mindfulness Teacher Development Programme

Bodhi College

(3.-7. Oktober, 4.-9. Februar 2016 & 2.-6. Oktober & 21.-26. Februar 2017)

Grundausbildung Achtsamkeit Leben - Achtsamkeit Lehren

Arbor Seminare

(26. Februar - 1. März, 18.-23. Mai, 21.-28. August & 5.-8. November 2015)

Kursteilnehmer in achtsamkeitsbasierten Verfahren (7)

Community for Deepening Practice Online Course

Center for Mindful Self-Compassion

(Jänner - September 2016 & April - November 2018)

Positive Neuroplasticity Training and Professional Course

Dr. Rick Hanson

(6.-11. Juni 2017 & 27. April - 3. Mai 2018)

Mindfulness-based Cognitive Therapy Course

Oxford Mindfulness Centre

(März - April 2016)

Mindful Self-Compassion Intensive

Arbor Seminare

(18.-23. Mai 2015)

Mindfulness-based Compassionate Living Course

Andrea Huber und Hanne Huber

(Mai - Juni 2014)

Mindfulness-based Stress Reduction Course

Andrea Huber

(Jänner - Februar 2011)

Psychoziale Interventionsformen und kontemplative Psychologie (8)

Von Psychosen Genesen: Psychosen Verstehen und Behandeln

Lama Tilmann Lhündrup

(27. April - 1. Mai 2019)

Krisenintervention und Konfliktmanagement

Windhorse Gesellschaft Wien

(26. Jänner 2019)

Maitri Raumgewahrsein mit Anne Marie Di Giacomo
Windhorse Gesellschaft Wien
(5.-6. Mai 2017)

Psychische Prozesse aus Sicht der kontemplativen Psychologie Verstehen
Lehrgang zu den Grundlagen der Windhorse Arbeit
Windhorse Gesellschaft Wien
(5 Wochenenden, Januar - Mai 2015)

Summer Research Institute on Contemplative Science
Mind and Life Europe
(23-29. August 2014 & 28. August - 3. September 2015)

Elongó
Integrationsprojekt des Diakonie Flüchtlingsdienst
(April 2008 - August 2009)

Zivildienst
Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser
(Oktober 2001 - Juni 2002)

Holotropes Atmen und Transpersonale Psychologie (3)

Kompaktcurriculum Transpersonale Psychologie und Holotropes Atmen
ÖATP - Österreichischer Arbeitskreis für Transpersonale Psychologie
(2017 - 2020)

Grundkurs Bewusstseinspraxis
Akademie für Bewusstseinsforschung
(20.-22. Jänner, 17.-19. März, 19.-21. Mai, 30. Juni - 2. Juli, 22.-24. September 2017)

Jahresatemgruppe Holotropes Atmen
Andy und Renate Chicken
(5 Wochenenden, Jänner - November 2012)

SELBSTERFAHRUNG**Vipassana Meditationsklausuren (8)**

April 2016 (Fünf Tage)
Februar 2014 (Zehn Tage)
August 2015 (Fünf Tage)
Februar 2013 (Zehn Tage)
September 2012 (Fünf Tage)
September 2011 (Zehn Tage)
Februar 2011 (Zehn Tage)
September 2010 (Zehn Tage)

Holotropes Atmen (18)

März & Oktober 2018
April 2018
April & Oktober 2017
Mai 2013
Januar, März, Mai, Juli, September & November 2012
April 2011
Dezember 2010

Psychotherapeutische Einzelselbsterfahrung

200 Stunden
(2017 - derzeit)