



WESEN-TLI.CH

## **Claudia Tomasi**

lic. phil. I, dipl. Heilpädagogin  
MBSR- und Achtsamkeitslehrende  
GFK und Empathisches Coaching

tomasi@wesen-tli.ch  
+41 79 135 73 72  
www.wesen-tli.ch



## **Mögliche Angebote für Menschen im heil-/pädagogischen und therapeu- tischen Kontext**

### **Achtsamkeit als Haltung**

- Achtsamkeit zur Stressbewältigung und Gesundheitsprävention
- Achtsamkeit und Selbst-/Mitgefühl als Quelle für Zufriedenheit

### **Achtsamkeit und Heil-/Pädagogik**

- Interventionen über gewissen Zeitraum mit einzelnen Kindern oder Kindergruppen
- Empathisches Coaching, Fachberatung und Praxisbegleitung
- Themenspezifische Beratungen und Weiterbildungen im sonderpädagogischen Kontext wie zum Beispiel:
  - Achtsamkeit und Exekutive Funktionen
  - Achtsamkeit und ADHS

### **Kommunikation**

Weiterbildung für praxis- und bedürfnisorientierte Kommunikation auf der Basis der Gewaltfreien Kommunikation