



## Fragebogen zum 8-wöchigen-Online-MBSR-Kurs mit Christiane Wolf vom 9. Oktober – 11. Dezember 2023

Name \_\_\_\_\_

Alter \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

**Berufliche Ausbildung, aktuelle berufliche Tätigkeit**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Wann und bei wem haben Sie Ihren 8-Wochen-MBSR-/MBCT oder MSC-Kurs besucht?**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Sind Sie bereits ausgebildete/r AchtsamkeitslehrerIn bzw. MBSR-/MBCT- oder MSC-LehrerIn?  
Wenn ja: Wann und bei welchem Institut haben Sie die Ausbildung absolviert?**

---

---

**Unterrichten Sie aktuell MBSR/MBCT oder MSC oder ein anderes achtsamkeitsbasiertes Programm?**

---

---

**Befinden Sie sich gerade in der Ausbildung zum/zur AchtsamkeitslehrerIn bzw. MBSR-/MBCT- oder MSC-LehrerIn oder beabsichtigen Sie, in nächster Zeit die Ausbildung zu absolvieren? Wenn ja:  
Wann und wo?**

---

---

**Wie sieht Ihre tägliche Meditationspraxis aus? In welcher Tradition meditieren Sie? Seit wann  
praktizieren Sie auf diese Weise?**

---

---

**Welche Erfahrungen haben Sie mit achtsamer Körperarbeit (Yoga, Tai Chi etc.)?**

---

---



**Haben Sie sonstige Erfahrung im Anleiten von Gruppen?**

---

---

**Was sind Ihre Beweggründe und Ihre Motivation, an diesem Kurs teilzunehmen?**

---

---

---

---

---

---

**Haben Sie gesundheitliche Probleme, die für diesen 8-Wochenkurs relevant sind?**

ja       nein       Wenn ja, bitte beschreiben Sie kurz, um was es dabei geht:

---

---

---

---

Vielen Dank für die Beantwortung der Fragen!

Bitte senden Sie den ausgefüllten Fragebogen per E-Mail zurück an Arbor Seminare  
z.H. Ulrike Beyer: [beyer@arbor-seminare.de](mailto:beyer@arbor-seminare.de)

Ihre Angaben in diesem Fragebogen werden streng vertraulich behandelt. Sie werden nach Ende des  
Kurses vernichtet.