



## Fragebogen zur Weiterbildung „Mindful2Work“ mit Nicole Zijnen, Marlies Kreiser und Susan Bögels (Gastbeitrag) vom 5. – 9. Oktober 2026 – Online

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_

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

### Aktuelle berufliche Tätigkeit

\_\_\_\_\_

**Bitte nennen Sie Ihre berufliche Ausbildung, Weiterbildungen und Ihre Erfahrung in der Arbeit mit (Gruppen von) Menschen, die unter (beruflichem) Stress, Angst, Depression oder Burnout-Beschwerden leiden.**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



---

---

---

---

**Haben Sie an einem 8-wöchigen MBSR- oder MBCT-Kurs oder M2W-Kurs teilgenommen?**

Bitte geben Sie den Kurs an (mit Datum/Ort und Name des Lehrers/der Lehrerin).

---

---

**Haben Sie eine regelmäßige Meditationspraxis?**

Bitte benennen Sie, aus welcher Tradition Ihre Meditationspraxis stammt, wie oft und wie lang Sie in der Woche meditieren und seit wie vielen Jahren Sie bereits praktizieren.

---

---

---

---

**Haben Sie an einem 5-tägigen Meditationsretreat teilgenommen?**

Bitte geben Sie das Meditationsretreat an (mit Datum/Ort und Name des Lehrers/der Lehrerin).

---

---



**Welche Erfahrungen mit Yoga haben Sie?**

---

---

---

**Welche Erfahrungen mit sportlicher Betätigung haben Sie? Haben Sie evtl. körperliche Einschränkungen?**

---

---

---

Vielen Dank für die Beantwortung der Fragen!

Ihre Angaben in diesem Fragebogen werden streng vertraulich behandelt und nur den Seminarleiterinnen vorgelegt. Sie werden nach Ende der Weiterbildung vernichtet.