

### Kurz-Vita Gabriela Voß

- Dipl. agr. Ingenieurin, Fachrichtung Umweltsicherung, Abschlussnote 1,6
- 2000-2006 Leiterin Einkauf mit Personalverantwortung
- 2006-2013 Produkt- und Umweltmanagerin
- 2013 bis heute selbstständige Trainerin und Coach für achtsamkeitsbasierte Veränderungsprozesse
- Seit 1990 Scuba Diver Instructor (NAUI, PADI)
- Seit 2009 Qi Gong Lehrerin (DQGG eV)
- 2011-2013 vertiefendes Qi Gong-Studium in der Form des Nei Yang Gong bei Liu Ya Fei (Nei Yang Gong Zentrum, Berlin)
- Seit 2013 Trainerin für Stressbewältigung und Achtsamkeit (DFME, Oldenburg)
- Seit 2016 Outdoor-Trainerin und Erlebnispädagogin (EXEO GmbH, Lübeck)
- Seit 2017 MBSR-Trainerin (Mindfulness Based Stress Reduction nach Jon Kabat-Zinn, Institut für Achtsamkeit, Dr. Linda Lehrhaupt)
- Seit 2019 Systemischer Coach (Voice Dialog und Aufstellungsarbeit, agreenfield akademie Hamburg)
- Seit 2020 LINC Personality Profiler Coach (LINC GmbH)
- längere Auslandsaufenthalte in Nordafrika und Asien
- regelmäßige Retreats zur Vertiefung der eigenen Achtsamkeitspraxis



### Fortbildungen:

Lösungsfokus (Steve de Shazer), positive Neuroplastizität (Rick Hanson), gewaltfreie Kommunikation (Marshall Rosenberg), Gesprächsführung nach C. Rogers, MBCL (Mindfulness Based Compassionate Living) nach Frits Koster und Dr. Erik van den Brink



**Training · Coaching · Veränderung**

Lizenzen des DTB (Deutschen Turnerbundes):

B-Lizenz Prävention (Haltung & Bewegung), C-Lizenz 50+ (Fitness für Ältere), Kursleiterin für Progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Pilates und Nordic Walking, Ernährung & Bewegung

Und sonst noch?

„Verändern ist ein Tunwort“ lautet mein Credo.

Ich schätze Menschen, die Verantwortung für ihr Leben übernehmen und mutig und neugierig den nächsten Schritt gehen. Dann schiebt sich der Weg unter die Füße des Gehenden.