



TINA GRESSL

humorvoll | kompetent | natürlich

mentoring@tinagressl.at
www.tinagressl.at

+43 664 345 7002
Opferholzstraße 34
9073 Klagenfurt

DIE SÄULEN MEINER ARBEIT

- > Vorträge, Workshops
- > Lehrbeauftragte
- > Psychologin in freier Praxis

VORTRÄGE

- > Timeout statt Burnout
- > Keine Lust auf Frust
- > Geerdete Spiritualität

WESENTLICHES

Unberührte Natur, Berg, Sonne, Bewegung, Tanz - das sind für mich wunderbare Kraftquellen.
Mein Mann und meine 3 Kinder, Eltern und FreundInnen - meine so wertvollen WegbegleiterInnen.

BERUFLICHER WERDEGANG

- 2024 - heute **Lehrbeauftragte bei Universitas**
Ausbildung für KleinkinderzieherInnen
- 2018 - heute **Referentin bei Vorträgen & Workshops:**
Stresskompetenz erwerben,
Lebenskrisen meistern, Erfülltes Leben
- 2018 - heute **Psychologin & Mentorin** in freier Praxis
Einzelbetreuung, Paarbegleitung und
Gruppenleitung
- 2020 - 2022 **Trainerin** für Erwachsene im Autismus Spektrum
- 2008 - 2021 **Sozialpädagogische Begleitung & Konfliktmanagement in Familien**
Paideia Völkermarkt
L1 Villach
LSB Scheifling
- 2012 - 2014 **Aufbau & Gründung des Waldkindergartens *Waldlicht*** mit Team
- Organisations- und Projektmanagement
- Pädagogische Leitung
- 1999 - 2002 **Leitung** von körperzentrierten
Selbsterfahrungsgruppen
- 1992 - 1999 **Betreuung** von beeinträchtigten bzw. psychiatrisch auffälligen Kindern, Jugendlichen & Erwachsenen
AVS Klagenfurt, Brücke Graz, LOK Wien

DAS STRESS-MANAGEMENT DER ANDEREN ART

- > Walk & Talk
- > Visionssuche
- > Mondwanderung

MENTORING

- > Beseelen
- > Lebenskraft
- > Mitgefühl

NATUR & SPIRIT

- > Der Weg zu dir
- > Wandern für die Seele
- > Natur und Stille

AUSBILDUNG

2024 - heute	Spirituell-Systemische Aufstellungs- und Verkörperungsarbeit (i.A.) bei Siegfried Essen
2024 - heute	Laufende Fortbildungen an der Mentorenschule Klagenfurt
2022 - 2024	Energiecoaching Ausbildung bei Amor Ra
2019 - 2020	Beraterin für Bioelektische Gesundheit nach Christian Diettrich-Opitz
2018 - 2019	Burnout Prävention & Stressmanagement Lehrgang, ISYS Akademie, St. Veit
2014 – 2016	Ausbildung zur Mentorin / Meera Klagenfurt
2004 – 2006	Medizinische Masseurin mit Auszeichnung abgeschlossen
1996 - 1999	Integrale Tanz- und Ausdruckstherapieausbildung , o.A. Wien, Deutschland
1993 - 1997	Studium der Sportwissenschaften , o.A. Karl-Franzens-Universität, Graz
1992 – 2001	Studium der Psychologie Karl-Franzens-Universität, Graz Vertiefung Psychotherapie
1987 - 1992	Bundesbildungsanstalt für Kindergartenpädagogik , Klagenfurt Matura mit gutem Erfolg

WEITERBILDUNG

Meditation & Kontemplation
Beschäftigung mit
verschiedenen Weisheitslehren
Geistesschulung

Energie- & Körperarbeit
Seelenarbeit
Breema
Deeksha

Schamanische Lerngruppe
Natur- & Selbsterfahrung,
Visionssuchen, Heilarbeit

Bewegung und Tanz
Contact Improvisation
5 Rhythmen nach G. Roth
Tanzleiterin für
heilpädagogischen Tanz