

ZUR PERSON

- Seit 2018 Inhaberin des Mind & Body Ateliers Ulm und hauptberuflich selbständig als Coach & Yogalehrerin
- Seit 2018 Mimikresonanzberaterin (Eilertakademie) und Anwenderin der Positiven Psychologie (Inntal Institut, München)
- Erlangung des Grades Dr. biol. hum. der Universität Ulm mit der Note *summa cum laude*
- Seit 2016 arbeitend als zertifizierte Yogalehrerin (nach AYA; in steter Weiterbildung) und Thai Yoga Massage Bodyworker (nach Tobias Frank)
- Seit 2014 Coach für Lebensumstellung (mindconcept Institut für Mental- und Zukunftsgestaltung) & als freiberufliche Trainerin tätig
- FACS-Kodiererin (Facial Action Coding System)- Zertifikat (Mimikanalyse) nach Paul Ekman seit 2012
- Seit 2010 Lehrbeauftragte der Universität Ulm für Studierende des Fachs der Humanmedizin



So arbeitet Dr. Stefanie Rukavina

Stefanie Rukavina arbeitet mit ihren Gruppen wertschätzend und offen. In Seminaren führt sie den Prozess lösungsorientiert, lässt genügend Freiraum für eigenen Austausch und Themen ohne jedoch das Ziel aus den Augen zu verlieren. Interessant und humorvoll erklärt sie wissenschaftlich fundiertes Wissen aus dem Bereich der Emotions- und Stressforschung sowie im Bereich der Kommunikation.

In der Rolle als Yogalehrerin und Coach erarbeitet sie mit ihren Teilnehmer*Innen auf unterschiedlichen Ebenen den Zugang für mehr Entspannung und somit mehr Wohlbefinden, ohne den Stress des Alltags dabei zu verteufeln. Denn ihre Devise ist: Es geht um die Kunst in der Hektik Ruhe zu finden. Das ist viel mehr wert als der Versuch allen „Stress“ aus dem Leben verbannen zu wollen.

Mehr Informationen: www.stefanie-rukavina.de