

Open Mind Praxis  
Dipl. Psych. Astrid Werner  
Mühlstr. 12  
82433 Bad Kohlgrub  
Tel. 08845 7574146  
praxis@astridwerner.de

LEBENS LAUF

1952 Geboren in München  
1975 1. Lehramtsprüfung für Grund- und Hauptschule,  
Pädagogische Hochschule Regensburg  
1981 Diplom in Psychologie, Universität Freiburg  
BERUFSTÄTIGKEIT  
1982-1984 Psychotherapeutin der Kurklinik Glöcklehof  
Schluchsee, Klinik für Medikamenten-  
und Alkoholabhängige. Schwerpunkt: Informations-  
und Beratungsseminare für  
Angehörige.  
1985-2008 -Selbständig in eigener Praxis in München  
-Verschiedene Weiterbildungen (Hypnotherapie,  
Psychosomatische Energie nach Dr.  
Banis, Transaktionsanalyse, Familienaufstellungen  
u.a.)  
-Ausbildung zur "Lehrerin für Natürlich Besser  
Sehen" bei Dr. Janet Goodrich. Eigenes  
Buch "Augentraining für alle". Kurse in Firmen  
wie Siemens zur Prävention für  
Bildschirmbenutzer.  
-Kurse Progressive Relaxation, Autogenes Training  
und Augentraining in den  
Krankenkassen-Vorsorgeprogrammen, an  
Volkshochschulen und anderen Institutionen  
-CDs Progressive Relaxation, Autogenes Training,  
Sehtraining  
1992-1998 Ausbildung von Ärzten in Progressiver Relaxation  
in ganz Deutschland.  
Gründungsmitglied des Ärztlichen  
Arbeitskreises für Progressive Relaxation, Teil  
des  
Lehrkollegiums für Psychotherapeutische Meditation  
(LPM) in München  
Setit 1996 -Weiterbildungsermächtigung der Deutschen  
Ärztekammer für Autogenes Training,  
und Progressive Relaxation  
-Zertifikat des BDP, Bund Deutscher Psychologen  
-Kurse AT- Grund- und Oberstufe und Integratives  
Entspannungstraining  
2018-2021 Sozialpsychiatrischer Krisendienst der  
Herzogsägmühle  
2019 Psychologin in der Nescure Klinik für  
Alkoholabhängige in Bad Bayersoien  
Setit 2022 Therapeutische Gespräche und  
Entspannungstherapie mit Klienten eines Kurbads.  
10/2024 bis 12/2024 Lehrgang Online Beratung Sigmund Freud  
Universität Wien für Instahelp. Seither bei Instahelp als  
Onlinetherapeutin.