

Leena Pennanen

CV

1979 Ylioppilastutkinto, Helsingin Suomalainen Yhteiskoulu

1985 Elintarviketieteiden maisteri, Helsingin Yliopisto

1984-1989 Tuotepäällikkö (Karl Fazer OY, AB Chips OY)

1990 Fontainbleu, Ranska

1991 muutto Saksaan

1994 oma vastaanotto

Heilpraktiker-tutkinto Hessenin Heilpraktiker-Fachschule

(täyspäiväisesti 3 vuotta, noin 3000 opintotuntia)

1994: Saksan valtion tutkinto ja lupa harjoittaa Heilpraktikerin ammattia

1998: Joogaopettajakoulutus, kolmivuotinen koulutus Himalaya Institut, loppututkinto

(Saksan ja Euroopan Joogaopettajaliiton vahvistama pätevyys)

1998: Selkä koulu-ohjaaja

Vini-joogaopettaja, kolmivuotinen jatkokoulutus Vini-joogaan

1998: Pariterapeuttinen jatkokoulutus (hahmoterapia), yksi vuosi

2001: Hakomi® bodypsychotherapy training, kolmivuotinen keho-orientoitunut psykoterapia jatkokoulutus, tutkinto

2003: Hakomi®-Interpersonal, pari- ja ryhmäterapeuttinen ohjaus, kaksi ja puolivuotinen jatkokoulutus, tutkinto

2003: Rentoutus- ja stressinhallintakoulutus (Mindfulness-Based Stress reduction Program), 15-kk jatkokoulutus, tutkinto

2005: Mindfulness-Based Stress Reduction Program-MBSR professional training program. Ohjaajina Jon Kabat-Zinn (perustaja) ja Saki Santorelli (nykyinen johtaja) Center for Mindfulness in Medicine, Health Care, and Society, UMASS University of Massachusetts Medical School.

European Certificate of Psychotherapy (ECP)

2006: Insight meditation -retriitti MBSR-ohjaajille. Ohjaajina Jon Kabat-Zinn, Christina Feldman ja John Teasdale (MBCT-menetelmän kehittäjä).

2008: Teacher Development Intensive in Mindfulness-Based Stress Reduction (TDI) – koulutus. Ohjaajina Melissa Blacker, MA ja Florence Meleo-Meyers, MS, MA. Johtavat kouluttajat. Center for Mindfulness in Medicine, Health Care, and Society, UMASS University of Massachusetts Medical School.

2009: 9 Days Insight Meditation -retriitti. Ohjaajina Jack Kornfield, Carol Wilson, Marie Mannschatz ja Fred von Allmen

2009: 9 Day Summer Intensive Practicum in MBSR. Ohjaajina Melissa Blacker, MA ja Florence Meleo-Meyers, MS, MA. Johtavat kouluttajat. Center for Mindfulness in Medicine, Health Care, and Society, UMASS University of Massachusetts Medical School.

Valittu "Supervision"-työnohjaukseen, ohjaajana Melissa Blacker, MA. Johtava kouluttaja. Center for Mindfulness in Medicine, Health Care, and Society, UMASS University of Massachusetts Medical School.

2010: 7-Day Training Retreat in Mindfulness-Based Cognitive Therapy (MBCT). Ohjaajina Mark Williams (MBCT-menetelmän kehittäjä) ja Thorsten Barnhofer. Oxford Mindfulness Centre.

2010: 7-Day Insight Dialogue-hiljaisuuden retriitti. Ohjaajina Florence Meleo-Meyers, MS, MA. OASIS-Instituutin johtaja, Center for Mindfulness in Medicine, Health Care, and Society, UMASS University of Massachusetts Medical School sekä Gregory Kramer, yksi Insight Dialogue:n kehittäjistä, meditaatio-ohjaaja, kirjailija ja Metta-säätiön johtaja.

2010: 7-Day Insight Dialogue-hiljaisuuden retriitti. Ohjaajana Gregory Kramer

2011: 7-Day Insight Dialogue: The Four Noble Truths Come Home. Ohjaajana Gregory Kramer

Radical Acceptance: Buddhist Practices that Heal Difficult Emotions. Ohjaajana Tara Brach

2012: 7-Day Insight Dialogue and Sankhara @ Seale Hayne -hiljaisuuden retriitti.

Ohjaajana Gregory Kramer

Alk. 2012: Ongoing MBSR-Supervision Florence Meleo-Meyersin kanssa, kuuden viikon välein tunnin istunto

Certificate of Accreditation 2012-2013 [Katso tästä.](#)

2013: 7-Day Insight Dialogue: Touching the World -hiljaisuuden retriitti. Ohjaajana Gregory Kramer

2014: 7-Day Metta -hiljaisuuden retriitti Insight Meditation Society. Ohjaajina Sharon Salzberg, Winnie Nazarko, Larry Yang

2015: 8-Day Being present in your life -retriitti. Ohjaajana James Baraz

2016: 12-Day Convergence retreat, Motus Mundi Rome. Ohjaajina Bob Stahl, Saki Santorelli, Florence Meleo-Meyer

2016: MSC Teacher Training, Fårö Sweden. Ohjaajina Steven D. Hickman, Christine Brähler.

2016: 1 Month Spirit Rock Insight -hiljaisuuden retriitti. Ohjaajina Guy Armstrong, James Baraz, Sally Armstrong, Bonnie Duran, Erin Treat, Martha Link

2016: SIY Engage, San Francisco.

2016: 9-Day Intensive training, Omega. Ohjaajina Florence Meleo-Meyer.

2016: 9-Day Insight Dialogue -hiljaisuuden retriitti. Ohjaajana Gregory Kramer

2016: Mindful Self Compassion -ohjaajakoulutus

2016: Googlen Mindfulness -koulutus Search Inside Yourself Leadership Institutessa

2017: Train the Trainer Program. Ohjaajina Florence Meleo-Meyer, Lynn Koerbel, Caroline West.

2017: Politics Conference, House of Commons, Lontoo. Chris Ruanen kutsumana.

2018: Deepening Inquiry Practice and Community, 8 päivän -hiljaisuuden retriitti. Ohjaajana Jon Kabat-Zinn.

Certificate of Accreditation 2014-2016 [Katso tästä.](#)

Certificate of MBSR Teacher Trainer [Katso tästä.](#)

Luottamustehtävät

2005-2009 Euroopan Joogaliiton (EYU) johtokunnan jäsen

2005-2009 Saksan Joogaopettajaliiton (BDY) johtokunnan jäsen

Jäsen

Euroopan Joogaliitto EYU

Saksan Joogaopettajaliitto (BDY)

Saksan Kehopsykoterapeuttiliitto (DGK)

Euroopan Kehopsykoterapeuttiliitto (EABP)

Psykofyysinen Psykoterapiayhdistys

Suomen Yrittäjät

Vuodesta 2008 Mindfulness-kouluttajana Odenwald-instituutissa.

Lisäksi lukuisia kehoterapeuttisia kursseja mm. kranio-sakraaliterapia ja kiropraktiikka.

Useampivuotinen kokemus sekä yksilöterapiasta että ryhmistä.

Kielitaito

suomi, saksa, englanti ja ruotsi