



DR. JENNIFER HOFMANN

PSYCHOLOGIN, SPEZIALISTIN FÜR GEWICHTSCOACHING

Ich habe im Fach Psychologie studiert und doktriert. Einer meiner Interessenschwerpunkte ist die Positive Psychologie: Wie können wir Menschen zu mehr Wohlbefinden und dem optimalen Nutzen Ihrer Stärken und Ressourcen begleiten? Wie können wir Menschen in Veränderungsprozessen – wie der Gewichtsabnahme – optimal unterstützen?

Neben meiner Tätigkeit an der Universität Zürich und der Lehre an der Zürcher Fachhochschule der Angewandten Wissenschaften (ZHAW) und Fernuni Schweiz leite ich das Coachingprogramm zur Gewichtsabnahme und Gewichtserhaltung auf der Basis von wissenschaftlichen, anwendungsorientierten Erkenntnissen, in Zusammenarbeit mit dem interdisziplinären Team (Medizin, Ernährungsberatung, Psychologie).