

## Zum Autor



Dr. phil. Michael Stefan Metzner wurde 1974 in Rosenheim geboren, studierte Psychologie, Philosophie und Pädagogik an der Ludwig-Maximilians-Universität München mit Promotion zum Thema »Zeiterleben«.

Mehrjährige Tätigkeit als Tutor und Dozent im Bereich »Quantitative Methoden der Psychologie« am Lehrstuhl für Methodenlehre und Psychologische Diagnostik. Approbation als Psychologischer Psychotherapeut, Fachrichtung Kognitive Verhaltenstherapie. Ausbildung zum Biofeedback-Therapeuten bei der Deutschen Gesellschaft für Biofeedback e.V. (DGBfb). Seit 2003 Psychotherapeut in der Schön Klinik Roseneck in Prien am Chiemsee, zunächst auf verschiedenen Stationen für Depression, Angst, Zwang und Schmerz, Tinnitus, Traumafolgeerkrankungen, Borderline und Essstörungen, seit 2010 in der Abteilung Biofeedback. Michael Metzner engagiert sich dort für die Entwicklung und Durchführung achtsamkeitsbasierter Therapiekonzepte. Als Dozent und Supervisor am Schön Klinik Institut für Psychotherapie (SKIP) sowie anderen Ausbildungsstätten ist er Vertreter eines von Humor geprägten Therapiestils. Seit der Jugend gilt sein besonderes Interesse der Lehre und Praxis des Buddhismus. Auf dem Gebiet der Meditation versteht er sich als »ewiger Anfänger«.