Bildung, Training und Beratung für
Individuen, Teams und Organisationen.

Focusing - Der Körper weiß den nächsten Schritt

Kostenloser ONLINE - Informationsabend

Montag, den 29.01.2024

18:45 – 21:00 Uhr

Focusing ist ein körperorientierter, psychologischer Ansatz von Prof. Gene Gendlin, den er aus der Erforschung geglückter Veränderungsprozesse in der Psychotherapie entwickelt hat. Mit seinem Ansatz können wir bereits Gewusstes oder Festgefahrenes um die Frische innerer Intuition und neuer Lebensschritte erweitern. Essentiell dabei ist die achtsame, wertschätzende Beziehung zu sich selbst und zu anderen.

Mit kleinen Übungssequenzen, theoretischer Einordnung und Austausch erkunden wir, wie sich im Focusing festgefahrene Selbstbilder, Entscheidungskämpfe und die immer selben Problemlagen „verflüssigen“. Es entsteht Freiraum für frische Einsichten, überraschende Lösungen und verkörperte Veränderung. So gewinnen wir Vertrauen in unsere lebendige Körperweisheit

An diesem Abend haben Sie die Gelegenheit, diesen Ansatz kurz kennen zu lernen. Neben Informationen und Kurzübungen stellen wir unsere Focusing Fortbildungsangebote wie Bildungsurlaube und Grundlagenkurse vor und stehen Ihnen bei Fragen zur Verfügung.

Anmeldung: IndiTO Bildung, Training und Beratung

Referentin	Maria Schüller
	IndiTO Bildung, Training und Beratung Estermannstraße 204 53117 Bonn
Informationen	Tel: 0228 674663 Email: info@indito.de
Homepage	www.indito.de