



**Focusing Einführungsseminar**  
**Modul 1 als Schnupperseminar zur Entscheidungsfindung:**  
03.-05.05.24

Klassisches Focusing und Focusing mit dem Ganzen Körper für uns selbst und in der Anwendung in Leben und Arbeit. Focusing – eine ganz spezifische Art des Spürens und Arbeitens mit körperlicher Resonanzen - wird sowohl in der Selbsthilfe, der Beratung, Therapie wie auch in Kreativität und Entscheidungs- und Sinnfindung eingesetzt. In diesem Einführungsseminar werden im Modul 1 Grundelemente des klassischen Focusing vorgestellt und erlebt. Das Einführungsseminar dient der Entscheidungsfindung und ist Voraussetzung für die Teilnahme an der 18-monatige Weiterbildung.

Das klassische Focusing und das "Focusing-mit-dem-Ganzen-Körper" werden in dieser Ausbildungswerkstatt als Ganzes zusammen vermittelt. Diese Verbindung bewegt festgefahrene Muster und Blockaden, bietet eine Burn-Out Prophylaxe, stärkt Resilienz und lädt eine frische Lebensbewegung ein. Die Grundlagen für unterschiedliche Anwendungen werden erarbeitet und erweitert durch den ganzkörperlichen Ansatz.

Kosten : Modul 1 Schnupperseminar 385.00 € (wird einzeln gebucht )

**Gesamtkosten der 18 monatigen Weiterbildung: 3850 €** Inklusive Gruppensupervision und Schnupperseminar (Modul 1)

Nähere Informationen s.u. oder Indito <https://indito.de/seminardetails/?T=5592>

**Leitung:** Astrid Schillings, Dipl. Psych. /Dipl.Soz.Päd. Psycholog. Psychotherapeutin, Focusing-Ausbilderin und zertifizierungsberechtigte Koordinatorin des Internationalen Focusing Instituts New York, Ihre Ausbildungen in Personenzentrierter Psychotherapie, Somatic Experiencing, Authentic Movement, Feldenkrais und Meditativem Forschen sind in ihre Entwicklung des „Focusing mit dem Ganzen Körper“ eingeflossen. 1998 Gründung des FINK in langjähriger Zusammenarbeit mit Eugene Gendlin.

**Assistenz:** Danny Gehlen, MA Psychologie, Focusing Professional FINK/TIFI, Brigitte Peter, Referentin für nachhaltige Entwicklung Wissenschaftsladen Bonn, Focusing Begleiterin FINK

**Kosten :** Modul 1 Schnupperseminar **385.00 €**

**Ort:** Köln, Focusing Institut Köln (FINK)

**Termin:** 03.-05.5.2024 **Zeiten:** Fr. 14:15 -18:00, Sa. 10:00-18:00, So.10:00-17:00 Uhr

**Infos und Anmeldung** bei [Indito](https://indito.de) **Kursnummer:** 24.KoopFINK.FWE.2

Kontakt und Beratung: [astrid.schillings@focusinginstitut.eu](mailto:astrid.schillings@focusinginstitut.eu)

Telefon: 0221-56 25 770