

Focusing

Die Kunst des Annehmens

Fortbildung: April 2022 - Februar 2023

Teilnahme an einem der **Einführungsseminare**
am 20.-21.11.2021 oder 15.-16.1.2022 oder 19.-20.3.2022 ist Voraussetzung

Focusing ist ein von Eugene Gendlin entwickelter, schlichter Prozess, der uns darin unterstützt, die uns innewohnenden Quellen reichen Wissens zu erschließen. Indem wir uns mit einem offenen urteilsfreien Gewahrsein dem körperlichen Erleben zuwenden und damit vertraut werden, kann sich der darin wohnende Wandlungsraum öffnen. Jede/r kann diese nach Innen gerichtete ganzheitliche Aufmerksamkeit lernen und so eine neue Selbstwirksamkeit im Leben entdecken. In dieser Haltung können wir auch andere kompetent darin begleiten, innere Bewegungen zu erspüren und seelischen Prozessen dahinter Raum zu geben. Das hilft Blockaden zu lösen, wirkt heilsam und erlaubt uns, eine neue Form der Intimität in uns selbst, mit anderen und dem ganzen Leben zu entdecken.

Zielgruppe:

- Menschen, die im Bereich Therapie, Körper- oder Bewusstseinsarbeit tätig sind und ihren professionellen Umgang mit ihren Klienten vertiefen und erweitern wollen
- Menschen, die Hilfe zur Selbsthilfe suchen, sich selbst entwickeln und ihre eigenen Selbstheilungskräfte aktivieren möchten
- Menschen, die sich für eine erfüllende Beziehung zu sich und anderen öffnen wollen
- Menschen, die Mut haben, sich in radikaler Akzeptanz zu üben



Leitung:

Mag. Cristina Maier
Focusing-Trainerin
Systemisch-dialogische Prozessbegleitung
Existenziell-spirituelle Therapie
Somatic Experiencing

- Ort:** Shambhala, Josefstädterstraße 5, Raum JS2, 1080 Wien
- Zeitraum:** 6. April 2022 - Februar 2023 (jeden 2. Mittwoch von 09.30 - 13.00)
- Preis:** € 1.330,- / Frühbucher bis zum 31. Jänner 2022: € 1.170,- (inkl. 40,- MB)
- Kurs-Nr.:** # 15897
- Infoabende:** 4.11.2021 / 24.2.2022 um 19.00 im Shambhala, Josefstädterstr. 5, 1080 Wien
5.1.2022 um 19.00 online
- Anmeldung:** www.shambhala.at, Tel.: 01-408 4786; info@shambhala.at
- Inhaltliche Information:** cristina.maier@aon.at, Tel.: 0699-12149774