

Focusing zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte

Online Praxistag 25. September 2021



Focusing ist hervorragend dazu geeignet, die Selbstheilungskräfte im Körper direkt zu erfahren und zu stärken. Wir können damit die Sprache unserer Symptome entschlüsseln und den nächsten Schritt zur Heilung erkennen. So finden wir unseren ganz individuellen Weg zu mehr Gesundheit mit Hilfe des Felt Sense.

Auf Wunsch der TeilnehmerInnen der Online Weiterbildung „Wie der Körper den Körper heilt“ biete ich diesen Focusing Praxistag in Mind-Body Medizin an. Er soll dazu dienen, das in der Fortbildung und in meinem Buch „Im Dialog mit dem Körper“ dargestellte Vorgehen zu üben, zu vertiefen und zu ergänzen.

Themen und Übungen:

- Freiraum und Gesundheit
- Besuch im Tempel der Heilung: Den Zugang zum Inneren Arzt/zur Inneren Heilerin vertiefen
- Symptom- Erforschung mit Hilfe des Felt Sense
- Mit Flow-Erfahrungen Gesundheit stärken
- Mitfühlender Body Scan

Methoden:

- Geleitete Gruppenfocusings
- Kurze theoretische Inputs und Anleitungen
- Partnerschaftliches Focusing
- Erfahrungsaustausch
- Bewegungsübungen

TeilnehmerInnen

- Das Angebot richtet sich an alle ehemaligen Teilnehmerinnen der Weiterbildung „Wie der Körper den Körper heilt“, die ihre Erfahrungen auffrischen und vertiefen möchten.
- Darüber hinaus können aber auch andere Interessierte, die mindestens Focusing II absolviert haben, teilnehmen.
- Maximale TeilnehmerInnenzahl: 14

Ort: Online via Zoom

Preis: 95 Euro

Termin: 25.09.2021

Zeiten: 10 - 13 Uhr und 15 - 17.30 Uhr mit Pausen

Leitung: Susanne Kersig, Psych.Psychotherapeutin, Focusing Ausbilderin DAF, Autorin

Anmeldung: Per Email an susanne@kersig.de oder über die Homepage www.achtsamkeit.info