

# Focusing zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte

Online Praxistag 24.05.2025



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 - nicht nur über den Verstand, sondern auch 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:

- Besuch im Tempel der Heilung: Den Zugang zum Inneren Arzt/zur Inneren Heilerin vertiefen
- Heilen und Handeln aus dem Felt Sense
- Das Heilsame in sich und anderen sehen
- Symptom- Erforschung mit Hilfe des Felt Sense

## Methoden

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

## TeilnehmerInnen

- Eingeladen sind zunächst alle ehemaligen Teilnehmerinnen der Fortbildung „Wie der Körper den Körper heilt“, die ihre Erfahrungen auffrischen und vertiefen möchten.

Ort: Online via Zoom  
Preis: 120 Euro  
Termin: 24.05.2025  
Zeiten: 10.00 - 18.00 Uhr mit Mittagspause  
Leitung: Susanne Kersig, Psych.Psychotherapeutin, Focusing Ausbilderin DAF, Autorin  
Anmeldung: Über meine Homepage [www.achtsamkeit.info](http://www.achtsamkeit.info)