



Focusing als Selbsterfahrung

Focusing-Basistraining in Bad Cannstatt und online

„Die Tür zur Erfahrung lässt sich nur von innen öffnen“

- Carl R. Rogers



Vielen Dank für Ihr Interesse an unserem Weiterbildungsangebot. Hier erhalten Sie alle wichtigen Informationen zum nächsten Focusing Basistraining 2023 kurz und kompakt. Die Weiterbildung wird nach den Mindeststandards der Deutschen Focusing Gesellschaft (DFG) durchgeführt. Aufbauend auf diese Weiterbildung können Sie dann die Weiterbildung in Focusingorientierter Prozessbegleitung (GwG) oder zur Focusing Begleitung (DFG) machen.

In diesem ersten Schritt lernen Sie Focusing zur Selbsthilfe und erste theoretische Grundlagen kennen. Sie werden am Ende des Kurses in der Lage sein, eine andere Person, die Focusing kennt, sicher zu begleiten und Erfahrungen im Selbstfocusing machen.

Diese Kompetenzen werden Sie durch die Weiterbildung entwickeln:

- Sie werden sensibilisiert, den eigenen Felt Sense wahrzunehmen und zu verstehen
- Sie werden intensiver und auf neue Art zuhören können (Listening)
- Sie lernen die Grundkonzepte der experientiellen Philosophie nach Eugene Gendlin kennen
- Sie lernen die 6 Schritte des Focusing kennen und wie sie diese bei einer anderen Person, die Focusing schon kennt, begleiten können.
- Wachstum an Selbsterkenntnis und Selbstakzeptanz
- Ihr Zugang zu den eigenen Bedürfnissen entwickelt sich weiter
- Selbstvertrauen im eigenen Arbeitsfeld

Wie Sie lernen

- Input durch die Kursleitung
- praktische Übungen in der Gruppe
- partnerschaftliches Focusing angeleitetes Literatur-Studium

„Im Spielerischen liegt eine andere
Möglichkeit des Lebendig-Seins:
eine Bereitschaft, sich auf die
schwierigen Probleme mit einem
Appetit auf Leben, einer
Fähigkeit, sich an gute Zeiten zu
erinnern und einer Freude am
Leben einzulassen.“

-Eugene Gendlin

Kurz und kompakt

Die Weiterbildung findet in Kleingruppen (ca. 4-8 Pers.) statt. Aufgrund der kleinen Gruppengröße wird intensives Lernen möglich. Im Anschluss an das Basistraining können Sie die nächste Focusing-Weiterbildung bei uns machen (Focusing-Begleitung, DFG).

Die Weiterbildung findet an 3 Wochenenden (Freitag bis Samstag) und online Terminen á 3 Zeitstunden in Stuttgart-Bad Cannstatt statt.

Termine: 05./06. Mai 23, 07./08. Juli 23 und 15./16. September 23

Die online-Termine werden mit der Gruppe verabredet.

Die Weiterbildung kostet 1020 €, zahlbar in vier monatlichen Raten á 255€.

Die Kursleiterinnen



Christine le Coutre

Personzentrierte Psychotherapie (GwG, HPG), Focusing Coordinator in Training (TiFi)

Supervisorin (GwG, DGSv), Kursleiterin für personzentrierte Beratung (Gwg)

+49 1578-9311330

christine.lecoutre@ipea.team



Annette Brandes

Gesprächspsychotherapie, Systemisches psychologisches Coaching (HISL),

Focusing-Trainerin (DFG), Dipl.-Ing., Visionssucheleiterin

+49 171 5464430

info@annettebrandes.de