



# FOCUSING ONLINE

## Angebot zum Dranbleiben, Neuentdecken, Auffrischen

Wer kennt es nicht: Du lernst etwas Neues kennen, besuchst ein Seminar, merkst dass es Dir gut tut und versprichst Dir dran zu bleiben. Dann holt Dich der Alltag ein und bevor das Neue zur wohltuenden Gewohnheit wird, rückt es in den Hintergrund, die guten Erfahrungen des Seminars verblassen und das Hamsterrad der alten Muster hat Dich wieder.

Mit diesem online Angebot möchte ich Dir die Gelegenheit geben im Alltag oder zwischen den Ausbildungsseminaren am Focusing dranzubleiben. Du kannst Dich von zuhause aus einklinken, in die Focusing-Welt eintauchen, andere Focusierende treffen und neue Impulse mitnehmen.

### Das Angebot dient als:

- Unterstützung am Focusing dran zu bleiben, die Magie der inneren Prozesse neu zu entdecken und das, was Du am Focusing schätzt, lebendig zu halten.
- Treffpunkt für Focusing-Interessierte und evtl. „Kontaktbörse“ für Focusing-Partnerschaften
- Raum für Fragen und kurze theoretische Vertiefung
- Wohlfühlzeit für Dich und Deinen Körper

### Inhalte, je nach Bedarf variabel:

- Gruppenfocusing zum Ankommen
- Zeit für Fragen
- eventuell kurze, kompakte Impulse zu einem Thema aus dem Focusing
- Dyadenübungen / partnerschaftliches Focusing

### Teilnahmevoraussetzungen:

Willkommen sind alle, die schon grundlegende Erfahrungen mit Focusing gemacht haben. Seminar 1 der Basisausbildung wäre von Vorteil. Jede\*r ist auch mit Unsicherheiten herzlich willkommen. Das Angebot soll ein Treffpunkt für alle Focusing Interessierten sein.

### Ort

Online über ZOOM

### Leitung

Martin Höhn  
Ausbilder am Deutschen Focusing Institut  
(DFI)

### Termine

25.04. 2024	18:30 – 20:30
16.05. 2024	18:30 – 20:30
06.06. 2024	18:30 – 20:30
11.07. 2024	18:30 – 20:30
26.09. 2024	18:30 – 20:30
31.10. 2024	18:30 – 20:30
28.11. 2024	18:30 – 20:30

### Kosten

20 €

### Anmeldung

Mail: [m.c.hoehn@web.de](mailto:m.c.hoehn@web.de)

### Info

[www.martinhohn.de](http://www.martinhohn.de)