

*Was sein darf – kann sich verändern*



# Focusing Basisausbildung

## in Linz/Österreich

in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Focusing Institut

Focusing ist eine weltweit gelehrt körper- und erlebensorientierte Methode, klinisch erprobt und philosophisch begründet. Sie wurde von Gene Gendlin entwickelt, der als Nachfolger von Carl Rogers an der Universität von Chicago lehrte.

Im Mittelpunkt steht die „Weisheit“ des Körpers und sein implizites Wissen. Dieser Zugang lässt sich sehr gut mit Psychotherapie, Beratung, Coaching und jeder Art von Körperarbeit kombinieren.

Die „Focusing-Basisausbildung“ ist für Personen, die sich selbst entwickeln möchten und ist zugleich die Voraussetzung für alle Weiterbildungen im Deutschen-Focusing-Institut.

# Was sein darf – kann sich verändern

## Sie lernen:

- Focusing Grundhaltungen: Dasein, Mit-dem-anderen-Sein, Freiraum, Grundprinzipien der Beziehung, Phänomenologische Aspekte
- Prozessorientierte Skills: Symbolisieren, Implizieren, Markieren, Partialisieren, Externalisieren
- Einführung in strukturgebundene Prozesse: focusing-spezifische Ansätze zum Inneren Kritiker und Arbeit mit Inneren Anteilen
- Umgang mit Schmerzen, heftigen Emotionen, traumatischen und schwierigen Situationen
- Verfeinerung der Techniken und des Prozessbegleitens
- Anwenden von Focusing für sich selbst (Selbst-Focusing) und mit anderen: Transfer in persönliche und berufliche Situationen

## Seminarzeiten:

Seminar I: 24.-27. Jänner 2024

Seminar II: 6.-9. März 2024

Seminar III: 3.-6. April 2024

Seminar IV: 26.-29. Juni 2024

Seminar V: 11.-14. Sept. 2024

**Seminarzeiten:** Mittwoch 18.00 – 21.00 Uhr

Donnerstag & Freitag 10.00 – 19.00 Uhr

Samstag 10.00 – 13.00 Uhr

**Leitung:** Mag. Markus Angermayr (Co-Leitung angefragt)



Psychotherapeut (Existenzanalyse)

Focusing Therapeut

Breema Bodywork Instructor

Philosoph

Lehrausbildner und Lehrsupervisor der GLE

Lehrausbildner in Focusing

**Umfang und Kosten:** 130 Einheiten + kollegiale Arbeit, € 416,- je Seminar

**Zertifikat:** Focusing-Begleiter\*in (DFI)

**Seminarort:** 4020 Linz, Hasnerstraße 9, GLE-Institut

**Anmeldung:** mail@markusangermayr.at / www.markusangermayr.at