

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: 25.-28. Feb. 2026
Seminar II: 15.-18. April 2026

Seminar III: 1.-4. Juli 2026
Seminar IV: 14.-17. Okt. 2026
Seminar V: 2.-5. Dez. 2026

Seminarzeiten:

Mittwoch 18.00 – 21.00 Uhr
Donnerstag & Freitag 10.00 – 18.30 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