

# Meine Träume – Impulse von der anderen, unbekannten Seite

**29.11. - 01.12.24 in Regensburg**

Träume gehören zum Leben wie das Atmen. Sie sind ein Leben lang unsere Begleiter. Sie bringen uns Botschaften von der anderen, noch nicht gewussten Seite. Wenn Sie sich mit ihren Träumen beschäftigen, können sie helfen, sich selbst besser zu verstehen. Grund genug sich den Träumen immer wieder zuzuwenden.

Sie sind eingeladen! Bitte treten Sie in die Faszination der Träume ein: das Erstaunliche liegt im Unbekannten, im Durchschimmern des ganz Anderen, etwas, das wir alle irgendwie und doch nicht wirklich kennen: die Kreativität der Traumkonstrukte, das innere Spiel mit Wirklichkeiten, die Nähe von tiefem Sinn und Verrücktheit.

Sie brauchen den Traum nicht zu interpretieren – stattdessen lassen Sie den von Innen gefühlten Körper seine eigenen Träume deuten. Denn im felt sense (the whole beyond awareness) zu einem Traum sind all seine Bedeutungen eingefaltet.

Mit den Focusing Traum Fragen hat uns Gene Gendlin ein praktikables Handwerkszeug mitgegeben. Sie ermöglichen es, dass Sie sich im Selbst-Focusing und / oder im Partnerschaftlichen-Focusing mit Ihren Träumen beschäftigen, sich ihnen auf eine achtsame und focusinggemäße Art nähern. Es geht nicht nur um die Traumdeutung, sondern vor allem darum, den Lebensimpuls des Traumes zu begreifen und zu erfassen. Dies öffnet auf kreative Weise Erkenntnisse und Handlungsmöglichkeiten „von der anderen Seite“, die bisher noch nicht gedacht, gefühlt und gespürt werden konnten.

Kreative Methoden, wie Malen, Musik, Bewegung, szenische Darstellungen werden im Seminar genutzt, um den Zugang zu den Träumen zu finden.

**Teilnahmevoraussetzung:** Ausbildung in Focusing

**Termin:** 29.11. - 01.12.24

**Ort:** Regensburg

**Anmeldung:** [info@focusing-psychotherapie.de](mailto:info@focusing-psychotherapie.de)

**Seminarleitung:** Ulrike Boehm, Focusing Therapeutin / Focusing Ausbilderin (DAF)  
Lehrende für Focusierende Körper und Traumarbeit im DFI

**Literatur:** als Einstimmung zum Thema (nicht als Voraussetzung!) empfehle ich:  
Eugene T. Gendlin: **Dein Körper – Dein Traumdeuter** (DAF Bibliothek)

Neben der Beschäftigung mit den eigenen Träumen, wird in diesem Seminar Gelegenheit sein, den „Focusing-Handwerkskasten“ beim partnerschaftlichen Focusing einzusetzen, zu üben, und bei Bedarf methodisches aufzufrischen.