

Was wurde schon gelebt - was will noch gelebt werden?

Mit Focusing flexibel und gelassen durch die dritte Lebensphase

Achtsam, bewusster und heiter älter werden... Wie geht das? Was braucht es dazu?

Zurückzublicken:

auf Deine bisherigen Lebenserfahrungen, Deine angesammelten Lebensschätze, Dein augenblickliches Leben - welche Bedeutung hat Älterwerden bisher für Dich?

Existenzielle Lebensthemen - wie z.B. Fragen nach tieferem Sinn, Loslassen, Vergänglichkeit, abschiedlich leben, eigene Grenzen akzeptieren, Erfahrungen in der Vergangenheit, nicht immer sind alle Träume verwirklicht - werden meist mit dem Alter verbunden - begleiten uns aber ein ganzes Leben hindurch. .

Aus dem Vergangenen heraus und im Gegenwärtigen ist zumeist der Schlüssel zu finden für das, was noch kommen mag, was noch gelebt werden möchte.

Vorauszuschauen:

Im Seminar laden wir Dich ein mit Focusing Deinem eigenen (Er-)Leben nachzuspüren, in Deiner tiefsten Sehnsucht zu finden was noch gelebt werden möchte und was für Dich zu einem erfüllten Leben gehört.

Vielleicht gelingt es uns gemeinsam Steckengebliebenes aus dem bisherigen Leben zu lösen und noch einmal neu unsere Träume und Wünsche zu erforschen um uns mit dieser Lebenskraft verbunden zu fühlen.

Lasst uns gemeinsam lebensmutig und herzensklug älter werden!

Neben Deinen eigenen Themen, wird es diesem Seminar auch Gelegenheit geben, Deinen „Focusing-Handwerkskasten“ beim partnerschaftlichen Focusing einzusetzen und bei Bedarf methodisches aufzufrischen.

Seminar vom 22. bis 25.05.2025

Beginn: Donnerstag 18 Uhr Ende: Sonntag 13 Uhr

Ort: Fürth, www.praxisgemeinschaft-hopfenscheune.de

Leitung:

Ulrike Boehm, Dipl.Soz.Päd., Heilpraktikerin für den Bereich Psychotherapie, Focusingtherapeutin DFI, Lehrende im DFI für Focusingtherapie, Körper, Integral

Gisela Höhl, Dipl. Soz.Päd., Heilpraktikerin für den Bereich Psychotherapie, Focusing- und Traumatherapeutin, Lehrende im DFI für Focussierende Trauma-Arbeit

Teilnahmevoraussetzungen: Focusing Basisausbildung

Seminargebühr: 390,- €

Anmeldung: DFI, 97070 Würzburg, Ludwigstraße 8a, Tel.: 0931-411368

www.deutsches-focusing-institut.de