

Focusing Kurzbeschreibung

Die Kunst des Zuhörens

- Möchten Sie Klarheit und innere Ruhe wiederfinden?
- Möchten Sie das Wesentliche an einem Thema erkennen können?
- Möchten Sie anstehende Entscheidungen ganzheitlich betrachten?
- Möchten Sie lernen, sich und anderen **wirklich** zuzuhören?

Focusing ist eine Form nach innen gerichteter körperlicher Aufmerksamkeit: Den Körper von Innen spüren, dem Körper Raum geben, ihm Fragen stellen und auf seine Antworten hören. Dies verhilft zu tiefen, **erlebbaren** Einsichten in seelisch-körperliche Prozesse. Der Philosoph und Psychotherapeut Eugene Gendlin hat die Methode Focusing an der Universität Chicago entwickelt.

Es ist eine Technik der Selbstwahrnehmung, die einem persönlich hilft, sich selber tiefer und ganzheitlicher zu verstehen. Zusätzlich ermöglicht diese Technik im Umgang mit Anderen einfühlsam, wertfrei und absichtslos zuzuhören.

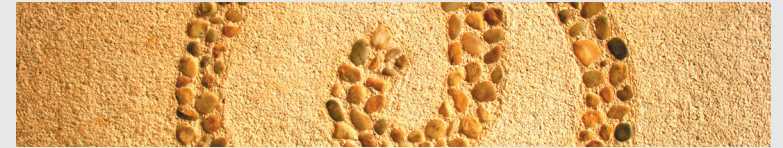
Focusing kann in andere Therapieansätze integriert werden.

bitte
frankieren

Ganzheitliche Gesundheitspraxis
Seeblick
Claudia Conza
Birkenstrasse 17
8708 Männedorf



Focusing I – Einführungskurs



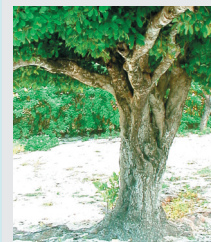
Du kannst
einen Menschen
nichts lehren,
du kannst ihm
nur helfen, es in
sich zu finden

Galileo Galilei

DIE KUNST DES ZUHÖRENS Focusing I

Einführungskurse 2010 (jeweils 1 Wochenende)

Samstag und Sonntag 23. und 24.01.2010
Samstag und Sonntag 24. und 25.04.2010
Samstag und Sonntag 12. und 13.06.2010
Samstag und Sonntag 04. und 05.09.2010



Ganzheitliche Gesundheitspraxis Claudia Conza
Focusing • Massage • Begleitung

Praxisadresse
Praxis Seeblick, Birkenstrasse 17, CH-8708 Männedorf

+41 79 567 48 79 • +41 44 940 60 00
welcome@claudiaconza.com • www.claudiaconza.com

Inneres
Vertrauen

Persönliche
Entwicklung

Kreativität

Kursinhalt

- Empathisches, wertfreies Zuhören kennen lernen
- Einführung in die Grundhaltung der Methode Focusing: Achtsamkeit, Akzeptanz, Absichtslosigkeit
- Die Phasen: Freiraum schaffen – «Felt sense» entstehen lassen – symbolisieren und annehmen des Neuen
- Wahrnehmungsübungen
- Theorie der 6 Prozessschritte von Gene Gendlin

Kursziele

Ziel des Seminars ist das Kennenlernen des «Felt Sense», das Üben des Focusing Prozesses und die Befähigung zum einfachen Begleiten.

Voraussetzung

Eine Focusingstunde bei Claudia Conza vor Kursbeginn zum Kennenlernen.

Es besteht die Möglichkeit, die auf diesen Kurs aufbauenden 4 weiteren Seminare zu besuchen und damit das Zertifikat der Grundausbildung zu erhalten. Daten:

Focusing II: 06. und 07.11.2010
Focusing III: 08. und 09.01.2011
Focusing IV: 09. und 10.04.2011
Focusing V: 14. und 15.05.2011

Kursdaten (jeweils 1 Wochenende)

Samstag und Sonntag 23. und 24.01.2010
Samstag und Sonntag 24. und 25.04.2010
Samstag und Sonntag 12. und 13.06.2010
Samstag und Sonntag 04. und 05.09.2010

Kurszeiten

jeweils von 09.00-12.00 und 13.30-17.30 Uhr

Kursort

Raum Zürich: wird noch bestimmt

Kosten

Kurskosten CHF 430.00
zahlbar innerhalb 10 Tagen nach Erhalt der Kursbestätigung/
Rechnung bzw. vor Kursdurchführung

Kursleitung

Claudia Conza

- Internationale Focusing Trainerin TFI, New York
- dipl. Esalen® Massage Practitioner Level I & II
- Dozentin für ganzheitliche Massagen
- Kursleiterin für Autogenes Training
- Entwicklerin
- Initiatorin und Organisatorin internationaler Konferenzen für Focusing in Kombination mit körperorientierten Berufen



Anmeldung

Via Homepage www.claudiaconza.com oder mit nachfolgendem Anmeldeformular.

Annulationsbedingungen

Der Rückzug der Anmeldung ist bis 6 Wochen vor Kursbeginn kostenlos. Bei Rückzug der Anmeldung zwischen 6 und 3 Wochen vor Kursbeginn werden 50% der Kurskosten verrechnet. Bei Rückzug der Anmeldung in den letzten 20 Tagen vor Kursbeginn werden die vollen Kurskosten verrechnet.

Geschäftsbedingungen für öffentliche Kurse unter www.claudiaconza.com (Rubrik Infos)

Focusing I, Einführungskurs

Bitte gewünschten Kurs ankreuzen

<input type="checkbox"/>	Kurs F01	23. und 24.01.2010	Anmeldeschluss: 20.12.2009
<input type="checkbox"/>	Kurs F02	24. und 25.04.2010	Anmeldeschluss: 20.03.2010
<input type="checkbox"/>	Kurs F03	12. und 13.06.2010	Anmeldeschluss: 08.05.2010
<input type="checkbox"/>	Kurs F04	04. und 05.09.2010	Anmeldeschluss: 31.07.2010

Vorname

Tel. Privat

Nachname

Mobile

Adresse

E-Mail

PLZ/Ort

Datum/Unterschrift

