

Focusing

Seit den 1970er Jahre zählt Focusing zu den verbreiteten Therapieformen. Der aus Österreich stammende US-amerikanische Psychologe und Philosoph Eugen T. Gendlin, der diese Methode in den 1960er Jahren entwickelte, beschreibt sie selbst als „Technik der Selbsthilfe bei der Lösung persönlicher Probleme“. Focusing ist damit nicht nur in der professionellen Begleitung (Beratung, Psychotherapie) hilfreich, sondern kann sehr wohl auch von jedem Menschen (nach entsprechendem Üben) individuell und persönlich genützt werden. Vom Methodischen stellt es eine Verbindung zwischen körperlichem und bildhaftem Erleben dar. Im Seminar beschäftigen wir uns mit den Grundlagen von Focusing, spüren ein wenig den Wurzeln in der humanistischen Psychologie nach und lernen einige Basis-Tools von Körperarbeit/Körperwahrnehmung und von kreativen/symbolhaften Zugängen kennen. Intensiv beschäftigen wir uns mit der eigentlichen Methode und deren klar strukturiertem Prozess sowie dem achtsamen Umgang mit den eigenen Körperempfindungen. Breitester Raum wird dann dem Üben gegeben, jede/r Teilnehmer/in soll ausgiebig die Möglichkeit erhalten, sich in dieser Methode zu erproben und auch eigene Fragestellungen zu bearbeiten.

Zielgruppe

Personen, die sich beruflich mit dem Thema befassen, sowie alle anderen Interessierten

ReferentIn

Univ.-Lekt. Dr. Dieter Schmutzer

Dipl. Lebens- und Sozialberater, Sexualberater und –pädagoge, Kommunikationstrainer in freier Praxis in Wien, Trainer in diversen Ausbildungscurricula sowie für zahlreiche Einrichtungen v.a. im sozialen, pädagogischen, Gesundheits- und Justizbereich. Lehraufträge an der Uni Klagenfurt und der Pädagogischen Hochschule Linz, Publizistische Tätigkeit und Medienarbeit (u.a. ORF)

Facts

Kosten

€ 480,00 inkl. 10% MwSt.

Anmeldeschluss

25.06.2018

Ort

Institut für Lebensgestaltung
Rabengasse 6/Stiege 55

Termine

09.07.2018 - 11.07.2018

Mo, Di, Mi, 09:00 - 17:00 Uhr (24 UE)

Anzahl der Teilnehmerinnen

mind. 12, max. 18 Personen

Information & Anmeldung

pro mente Akademie GmbH
Seidengasse 20/2, 1070 Wien
T +43 1 513 15 30 - 113
info@promenteakademie.at
www.promenteakademie.at