

# Focusing – ein optimales Tool bei Hochsensibilität

## Online Seminar

### PSYCHOLOGIE / PSYCHOTHERAPIE



Die Technik des Focusing wurde von Eugene Gendlin (Psychotherapeut) entwickelt. Focusing ist eine nach innen gerichtete Aufmerksamkeit aus der ein wahrnehmbares Gefühl entsteht. Dieser "Felt sense" steht in Zusammenhang mit einem bestimmten Problem, einer Situation oder einem bestimmten Menschen.

Anders als bei der klientenzentrierten Gesprächspsychotherapie wird nicht auf der Verstandesebene eine Lösung gesucht, sondern es wird die Körperintelligenz / das Körperwissen angezapft. Der Ansatz ist: Wir tragen für jedes Problem die Lösung in uns!

In Bildform abgespeicherte Bilder werden aus dem Unbewussten ins Bewusstsein reaktiviert und über den "Felt sense" in Zusammenhang gebracht. Diese Bilder setzen während der Sitzung einen heilsamen Prozess in Bewegung. Der/die Klient verspürt tiefgreifende Einsichten und eine Erleichterung.

Focusing ist ein optimales Tool für hochsensible Menschen, da diese häufig einen leichteren Zugang zu ihrem Körperbewusstsein haben, nach innen horchen können und sehr gute Bilderdenker/innen sind. Gerade für zurückhaltende Menschen ist Focusing ein "Door opener" in Coaching und Therapie und für sehr "verkopfte HSM" hilfreich, um wieder mehr ins Fühlen zu kommen.

Der Grundgedanke und die drei Schlüsselmerkmale des Focusing sind:

- Wie kann man Focusing für seine Hochsensiblen Klienten/innen und für sich selbst (als HSM) nutzen?
- Körperintelligenz – Focusing als Instrument für persönliches Wachstum (Persönlichkeitsentwicklung) und Selbsthilfetool
- praktische Übungseinheiten und Selbsterfahrung

Das Seminar eignet sich für Heilpraktiker/innen, -anwärter/innen, Heilpraktiker/innen für Psychotherapie, Anwärter/innen, psychologische Berater/innen, Coaches und andere im psychotherapeutischen Umfeld tätige Berufsgruppen.

**Dozent/in HP Psy Diana Lang-Schön:** Jg. 1974; Frau Lang-Schön ist Heilpraktikerin für Psychotherapie (HeilprG) in eigener Praxis. Symboliken bieten eine wertvolle Unterstützung bei der Arbeit mit dem Unterbewusstsein/der inneren Bilderwelt. Sie bindet daher Lenormand- und Symbolkarten im Sinne von `Zukunft aktiv gestalten/Eigenverantwortung leben` in ihre Arbeit mit ein. Qualifikationen in Gesprächstherapie, Systemischer Gesprächsführung, Sozialer Kompetenz, Systemischer Aufstellungsarbeit (Einzel- und Gruppe), Hypnose, Regressions-/Reinkarnationstherapie und Energiearbeit runden ihr Profil ab. Sie bietet verschiedene Seminare im Bereich Persönlichkeitsentfaltung an und ist spezialisiert im Bereich Hochsensibilität (HSP).

Termine:  
**So. 26.05.2024**  
09:00-16:00 Uhr

Preis:  
**140,- Euro \***



**Paracelsus**  
**Gesundheitsakademie**  
**Onlineunterricht**  
Tel. 0261-95252-0

Seminarnummer:  
**SSH111260524**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

