

Organic Focusing



Die Weisheit des natürlichen Körperwissens
entdecken und andere dabei unterstützen.

28. April bis – 1. Mai 2017 in Heidelberg

Wollten Sie immer schon mal.....?



- +sich Zeit nehmen, sich mit Ihren ureigenen Themen auseinanderzusetzen - mit dem, was gerade wichtig ist.
- + Hätten Sie gerne mehr Leichtigkeit und Klarheit in Ihrem ganz alltäglichen Leben?
- + Sehnen Sie sich danach, sich mit der Weisheit Ihres Körpers zu verbinden?
- + Würden Sie anderen und vor allem sich selbst gerne besser zuhören und mit mehr Empathie begegnen können?
- + Würden Sie gerne konstruktives, positives Verhalten in Ihrem Umfeld fördern?
- + Würden Sie gerne ganz natürlich und selbstverständlich Focusing mit Ihren Kindern oder Enkeln nutzen?

+ Suchen Sie als Pädagogin oder Therapeut nach einfachen Wegen, wie Sie Körpererleben in die Arbeit miteinbeziehen können und bei Ihren Klienten fördern?

Was genau passiert in diesem Retreat?

Dieser Retreat ermöglicht Ihnen, sich mit Ihren momentanen Themen und Bedürfnissen auseinanderzusetzen:

Worum geht es in meinem Leben, was ist mir wesentlich und wirklich wichtig? Was ist meine Ausrichtung und wie sind meine nächsten Schritte dahin.

Wie schaffe ich Sicherheit und Vertrauen zum anderen und zu meinen eigenen Anteilen?

Ein „Zuhören mit allen Sinnen“ ermöglicht, alles zu fühlen, was zu fühlen ist. Dies geschieht im Wesentlichen mit Hilfe von spielerischen und effektiven Übungen aus dem Kinder-Focusing und Alba Emoting™ – jedoch immer so, dass es für Ihren persönlichen Kontext modifiziert werden kann. Alles dabei ist ausgesprochen erlebensorientiert, so dass das Verstehen aus einer tiefen körperlichen Erfahrung kommt. Sie können Focusing aufnehmen als einen natürlichen Prozess, der gelebt und geteilt werden kann.

Sie lernen, wie Sie die Menschen, mit denen Sie normalerweise leben und arbeiten, einfach begleiten können. Durch viele Übungen und anschließenden Auswertungen und Diskussionen lernen Sie, wie Sie in Ihrer natürlichen Umgebung gemeinschaftliches Wohlergehen fördern können. Stille Momente der inneren Erfahrung durch Selbst-Focusing und anschließender Austausch macht diesen Retreat zu einer tiefen und reichen Erfahrung.

Die Unterstützung, die Sie in meinen Trainings bekommen, ist individuell auf Ihre persönliche Situation abgestimmt. Deswegen arbeiten wir in kleinen Gruppen und in der besten Seminaratmosphäre.

Wer leitet diesen Retreat?



Heidrun Essler ist studierte Sprechwissenschaftlerin, Internationale Focusing Ausbilderin für Erwachsene und Kinder und Alba-Emoting™ Lehrerin.

Sie gibt Kommunikations- Konflikt und Führungs-Seminare in diversen Firmen und Organisationen. Sie ist Dozentin für Körperausdruck und nonverbale Interaktion an der Universität Karlsruhe. TeilnehmerInnen schätzen ihre Fach- und Führungskompetenz, lieben ihre lebendigen Aktivitäten und genießen die kreative Atmosphäre ihrer Workshops.

Teilnahmegebühr: 440,00 €

Information Anmeldung: info@essler-seminare.de

www.essler-seminare.de