



Kursdetails FOCUSING Grundlagenkurs 1

Durchführungsort:	Raum Bern-Ittigen
Kursleitung:	Theres Fleury professional Focusing teacher; Int. Focusing Institut TFI IR Focusing teacher (Ann Weiser Cornell) theres.fleury@focusing-bern.ch www.focusing-bern.ch Tel. 031 921 99 74
Kursdaten:	Einsteiger (1): frühestens ab 18.2.2012 Aufbau (2): spätestens bis 24.6.2012 Kursdauer: je 3 Tage, innerh. 1 Monats Die exakten Wochenend-Daten erfolgen in Absprache und in Abstimmung mit den Terminmöglichkeiten der Teilnehmenden per doodle und/oder E-Mail
Kurszeiten:	jeweils FR, SA oder SO, je 6 Std.
Kosten:	CHF 460.-- inkl. Kursdokumentation und Arbeitsmaterialien
Anmeldung:	Per E-Mail oder Telefon; Die Anmeldung wird gültig mit Eingang einer Anzahlung von CHF 100.-- Anweisung des Restbetrags erfolgt vor Kursbeginn. Bitte überweisen Sie den Betrag auf das Postfinance-Konto 30-115470-1 Fleury Theresia. 3065 Bolliqen
Teilnehmerzahl:	Mind. 5; max. 10 Personen
Kursform:	- Kurssprache: Schweizerdeutsch - Der Unterricht ist eine Mischung aus Erklärungen, Demonstrationen und Übungen; mit vielen Möglichkeiten, Fragen zu stellen und Unterstützung zu erhalten.
Kursinhalte / Lernziele:	- Aufmerksamkeit nach innen lenken - Kontakt aufnehmen und in Beziehung treten mit dem „körperlich Spürbaren“ - Präsenz aufbauen für die eigenen Gefühle und Gedanken - Den inneren Prozess begleiten - Partnerschaftliches Focusing, Grundhaltung und Fertigkeiten für das partnerschaftliche Begleiten / Mitsein mit einem/r FocuserIn
Voraussetzung zur Kursteilnahme:	Sollte Focusing noch ganz neu für Sie sein, ist der vorgängige Besuch einer Einzelsitzung bei einem / einer FocusinglehrerIn hilfreich und sinnvoll. Rufen Sie an oder mailen Sie für mehr Info.