



## Kursdetails FOCUSING Grundlagenkurs 2 (Aufbaukurs)

- Durchführungsort: 3065 Bolligen, Eggweg 50, Praxis Fleury
- 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
- Kursdauer: 3 Wochentage über einen (1) Monat verteilt
- Kursdaten: Die exakten Daten erfolgen in Absprache und in Abstimmung mit den Terminmöglichkeiten der Teilnehmenden per doodle und / oder E-Mail  
Einsteiger-Kurs: jeweils Winter / Frühjahr  
Aufbau-Kurs: jeweils Herbst / Winter
- Kurszeiten: jeweils ab 09h00; 6 Std., dazwischen 1-2 Std. Mittagspause, nach Absprache
- Kosten: CHF 490.--  
inkl. Kursdokumentation und Arbeitsmaterialien
- Anmeldung: Per E-Mail oder Telefon; Anweisung des Kursgeldes erfolgt vor Kursbeginn.
- Teilnehmerzahl: Praxis Bolligen: bis 5 TN  
Kursraum Bern: 6-8 TN
- Kursform: Kurssprache ist Schweizerdeutsch.  
Der Unterricht ist eine Mischung aus Erklärungen, Demonstrationen, Selbsterfahrungs-übungen und Übungen zu Zweit und in Gruppen; mit vielen Möglichkeiten, Fragen zu stellen und Unterstützung zu erhalten.
- Kursinhalte / Lernziele: - Die innere Beziehung vertiefen, resp. begleiten  
- Fortgeschrittenes Zuhören und Reflektieren  
- Umgang mit schwierigen Gefühlen und Blockaden  
- stimmige Entscheidungen treffen  
- systematische Schritte, die den inneren Prozess unterstützen  
- Stärkung der Fähigkeit zur Präsenz und Bedingungen für deren Entfaltung
- Voraussetzung zur Kursteilnahme: Besuch eines Focusing-Grundlagenkurses 1 (Einsteigerkurs)