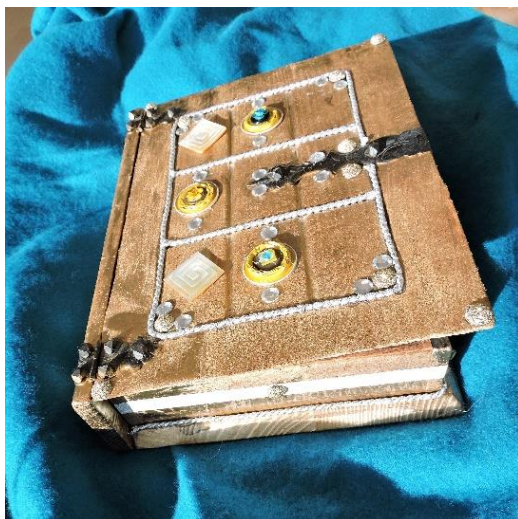


Aus der eigenen Schatztruhe schöpfen



Wünschst Du Dir mehr Vitalität und Leichtigkeit?

Stehst Du vor grossen Entscheidungen?

Möchtest Du Deine Kreativität mehr ausleben?

Fehlt Dir gerade der Durchblick?

Kennst Du dieses «Gefühl im Bauch», das eigentlich weiss, wie es ist, aber dies oft nicht genügend klar sagt?

Aus diesem anfangs diffusen Körperwissen können neue Erkenntnisse und oft erstaunlich klare Antworten auf persönliche Fragen entstehen. Das, was ins Stocken geraten ist, kann somit wieder ins Fliesen kommen.

Seit über 15 Jahren mache ich mit Focusing bei mir und anderen Menschen erstaunliche und erfreuliche Erfahrungen. Ich erlebe, wie die damit gewonnenen persönlichen Aha- Erlebnisse sich konkret im Alltag entfalten und neue Bewegung in stockende Situationen bringen. Schwierigen Umständen kann ich mit Focusing in einer von innen heraus veränderten Haltung begegnen. So können sie zu willkommenen Herausforderungen werden und sich somit verändern oder sogar auflösen. Es sind oft die kleinen, unscheinbaren Prozesse, die dann doch Grosses bewirken können.

Der amerikanische Philosoph Prof. Eugene Gendlin (1926- 2017) entwickelte aus seiner Jahrzehnte langen Forschungsarbeit zusammen mit C. Rogers Focusing als Methode, welche auf dem Körperwissen und dem «felt sense» beruht. Er beobachtete, dass Menschen, welche sich in Prozessen nachhaltig in die gewünschte Richtung veränderten, alle etwas gemeinsam hatten: Den aufmerksamen Umgang mit körperlichen Zeichen und Informationen und den inneren Dialog zwischen Körper und Verstand.

Als Focusing Trainerin begleite ich Dich gerne dabei, neue oder endlich wiedergefundene Pfade und Deine nächsten Schritte in die von Dir gewünschte Richtung zu gehen.

Weitere Informationen über Focusing findest Du auf www.ein-klang.com/Focusing sowie <https://www.focusingswitzerland.ch>



Focusing-Begleitung
für Menschen mit Neugierde
an ihrem inneren Reichtum und dem Wunsch,
das für sich Stimmige daraus entstehen zu lassen

Wer Béatrice Gründler, Focusing-Trainerin, Dozentin, Musikerin, Autorin
Wo Alte Zollstrasse, 20, 8260 Stein am Rhein
Kosten CHF 100.-/60'-Sitzung
Kontakt 052 242 00 94, 076 304 30 12 beatrice.gruendler@ein-klang.com, www.ein-klang.com

