



# Focusing– die heilsame innere Beziehung

Hamburg

Einführungsseminar für TherapeutInnen, ÄrztInnen und PsychologInnen

**Focusing** ist eine klinisch erprobte und empirisch bestätigte Methode, um Erlebensprozesse *zu vertiefen* und den therapeutischen Handlungsspielraum *systematisch zu erweitern*. Es lässt sich in jedes psychotherapeutische Verfahren und in jede Art von Beratung und Gesprächsführung integrieren.

Im Mittelpunkt steht das achtsame Wahrnehmen des „**Felt Sense**“, dem vagen und häufig übersehenen Gefühl im Körper, das zu jedem Thema (Problem, Symptom, Traum) entstehen kann, mit dem sich ein Klient/ Patient beschäftigt. Ein Felt Sense wird als eher leises, vages Empfinden gespürt, das sich im Körper des Patienten/ Klienten und des Therapeuten als ganzheitliche Resonanz zum Thema formt.

Wenden wir uns diesem Körperempfinden absichtslos und wertschätzend zu, entfalten sich aus ihm Schritte, die eine **lösungsorientierte Richtung** haben: In neu sich einstellenden Worten, inneren Bildern, Handlungs- und Bewegungsimpulsen werden weitere, häufig überraschende Aspekte des Themas bewusst, was gleichzeitig mit einem Gefühl von körperlicher Erleichterung und innerer Stimmigkeit einhergeht. Dieser Vorgang wird von vielen Menschen als "zu sich kommen" oder „bei mir selbst ankommen" erlebt. Focusing- Schritte sind Erkenntnisschritte und Heilungsschritte zugleich.

In diesem **Einführungsseminar** lernen Sie die Grundhaltungen und Grundschrte von Focusing theoretisch und praktisch in der Selbsterfahrung kennen und erhalten kompetentes Veränderungswissen für die Umsetzung in ihrer Praxis. Das Vorgehen ist erlebens- und erfahrungszentriert: Praktische Arbeit in Paaren und Kleingruppen, Übungen zur Körperwahrnehmung, Demonstrationen, Kurzvorträge, partnerschaftliches Focusing. Die Lernatmosphäre eröffnet einen entspannten und körperlich „spürigen" Raum, in dem Sie auch für sich selbst Erholung und frische Energie finden können.

**Termin:** aktuelle Termine bitte nachfragen

**Seminarzeiten:** Beginn Do. 19.00 Uhr, Ende So. 12.00 Uhr.

**Ort:** PTE Hamburg (Sasel) Kunaustr. 33b, 22393 Hamburg, Tel. 040 – 530 218 92

**Kosten:** 350,00 €

**Begrenzte Teilnehmerzahl:** Max. 14 Teiln.

**Anmeldung:** bitte möglichst frühzeitig mit beigefügtem Anmeldeformular per Post oder Fax, Anmeldeschluss vier Wochen vor Seminarbeginn.

**Fortbildungspunkte:** werden bei der Ärztekammer Berlin beantragt (voraussichtl. ca. 28 Punkte).

**Leitung:** Frank O. Lippmann, Facharzt für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Internist, Focusing- Ausbilder und Focusing-Therapeut (DAF), Wiesenhöfen 3, 22359 Hamburg

**Kontakt:** Tel. 040–60342 43, Fax 040–611 828 03, e-mail: [praxis@frank-lippmann.de](mailto:praxis@frank-lippmann.de).

**Info:** [www.frank-lippmann.de](http://www.frank-lippmann.de), [www.focusing-daf.de](http://www.focusing-daf.de)

Das **Einführungsseminar** für PsychotherapeutInnen, ÄrztInnen und PsychologInnen ist ein in sich geschlossenes Grundlagenseminar, das Sie bei Interesse mit den darauf aufbauenden **Seminaren II-V** fortsetzen können.

Die Seminare II-V werden als Gesamtpaket angeboten und bilden zusammen mit dem Einführungsseminar die **Ausbildung in Focusing (DAF)**. Die Ausbildung in Focusing (DAF) ist erster und obligatorischer Baustein für alle weiterführenden Fortbildungen des DAF (Deutsches Ausbildungsinstitut für Focusing und Focusing-Therapie).

## Literatur zur Einführung:

Gendlin, E.T. (1998): Focusing. Selbsthilfe bei der Lösung persönlicher Probleme. Reinbek: Rowohlt

Gendlin, E.T., Wiltshcko, J. (1999): Focusing in der Praxis. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta

# Anmeldung

Bitte senden oder faxen an:

Fax 040 – 611 828 03

Praxis  
Frank O. Lippmann  
Facharzt f. Psychosomat. Medizin u. Psychotherapie  
Wiesenhöfen 3

22359 Hamburg

Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende(s) Seminar(e) an:

***Focusing für TherapeutInnen, ÄrztInnen und PsychologInnen***

**Einführungsseminar** in Hamburg  
 **Seminare II-V** Termine s. unten in

Name, Vorname

Beruf

Straße

PLZ/ Ort

Telefon dienstlich

Telefon privat/ Handy

e-mail

Die Seminare II-V werden nur als Gesamtpaket angeboten. Voraussetzung dafür ist die Teilnahme am Einführungsseminar.

**Seminar II**  
N.N.

**Seminar III**  
N.N.

**Seminar IV**  
N.N.

**Seminar V**  
N.N.

Die Teilnahmegebühren sind jeweils im Voraus zu überweisen.

Die Teilnahmegebühr in Höhe von 350,00 € für das Einführungsseminar werde ich bis spätestens vier Wochen vor Seminarbeginn überweisen.

**Bankverbindung:**

Frank O. Lippmann, Deutsche Apotheker- u. Ärztebank  
Kto.-Nr. 000 3900 940, BLZ 300 606 01

**Rücktrittsbedingungen:**

Ein Rücktritt von meiner Anmeldung ist bis 4 Wochen vor Seminarbeginn möglich (30,00 € Bearbeitungsgebühr)  
Danach wird die volle Teilnahmegebühr fällig, es sei denn, ich stelle ein(e) Ersatzteilnehmer(in).

Mit den o.g. Rücktrittsbedingungen bin ich einverstanden.

Ort, Datum

Unterschrift