

05. bis 11. August 2027

Focusing ist ein leicht zu erlernender Zugang zu sich selbst und kann

- als Methode zur Selbsthilfe, Selbstklärung und Entscheidungsfindung
- als Lösungshilfe für die Bewältigung jeder Art von persönlichen, beziehungsbezogenen oder organisatorischen Problemen
- zur Unterstützung und Vertiefung für psychotherapeutische Prozesse
- als unterstützende Methode in der Beratung, in der Supervision und im Coaching eingesetzt werden.

Die Focusing Wochen Achberg sind seit über drei Jahrzehnten ein alljährlicher Treffpunkt für Focusing-interessierte Menschen aus dem europäischen Raum (Kursprache ist Deutsch).

Focusing ist eine von G. GENDLIN entwickelte Methode, sich mit Achtsamkeit und Wertschätzung dem inneren körperlichen Erleben zuzuwenden und dessen Bedeutungsreichtum zu öffnen.

Weitere Informationen und Anmeldung unter:

www.focusing-netzwerk.de

Wir freuen uns darauf, Sie auf dem Achberg (wieder) zu begrüßen.

Teil 1: Auftaktseminar

Donnerstag, 05.08. bis Samstag, 07.08.2027

Beginn: Donnerstag 18:00 Uhr mit dem Abendessen, Ende: Samstag 13:00 Uhr mit dem Mittagessen

Zwischen Lähmung und Aufbruch: Erlebensbezogen denken in Zeiten der Polarisierung mit unserer Gastreferentin Heinke Deloch

Eugene Gendlin formulierte mit Thinking at the Edge (TAE) einen Ansatz, der dazu einlädt, ausgehend von einem zunächst noch unklaren, spürbaren „Felt sense“ neue Bedeutungen zu entfalten. Seine Vision einer „Society of Patternmakers“ beschreibt darüber hinaus eine Gesellschaft, in der Menschen ihre Denk-, Handlungs- und Beziehungsmuster kreativ weiterentwickeln können. In Zeiten gesellschaftlichen Umbruchs und polarisierter Debatten erscheint diese Möglichkeit jedoch oft erschwert: Viele erleben, wie der eigene Denkraum enger wird und wie Hoffnungslosigkeit, Sprachlosigkeit oder verhärtete Positionen den Austausch blockieren.

Im Workshop erkunden wir, wie sich angesichts solcher Spannungen neue Bedeutungsräume eröffnen können und wie sich dafür ein innerer und äußerer Freiraum für kreatives Denken schaffen lässt. Dabei wenden wir uns sowohl unseren eigenen spürbaren Impulsen für Veränderung zu als auch Perspektiven, Meinungen und Erfahrungen, die uns irritieren, fremd oder schwer verständlich erscheinen. Wir tun das in zwei Schritten:

Wie komme ich selbst in Bewegung? Was lähmt, hindert, blockiert mich in meinem Denken, meinem Fühlen, meiner Handlungsfähigkeit angesichts gesellschaftlicher Entwicklungen? Aus diesem Verstehen heraus erkunden wir, wie sich aus einem spürbaren Impuls ein eigener Denkweg entfalten kann.

Wie denken wir miteinander, auch wenn wir verschieden denken? Was bedeutet es, aus der eigenen Denkrichtung heraus zuzuhören, sich irritieren und inspirieren zu lassen,

ohne Übereinstimmung herstellen zu müssen?

Als Grundlage dienen uns sowohl Gendlins philosophische Konzepte als auch Formate aus dem Erlebensbezogenen Concept Coaching – einem Ansatz, der TAE in eine alltagsnahe Praxis übersetzt und so auch ohne Vorkenntnisse zugänglich macht.

Bitte bringe einen Artikel oder ein Video mit, in dem eine Meinung oder Position mit Blick auf unsere gesellschaftliche Zukunft vertreten wird, die du als unerträglich, sinnlos oder bedrohlich erlebst.

Voraussetzungen: Keine.



Heinke Deloch, M.A. Philosophie, Personenzentrierte und Emotionsfokussierte Beraterin (GwG; IEF); Ausbilderin für Focusing, Thinking at the Edge und Personenzentrierte Beratung; Mit-Begründerin der Methode Erlebensbezogenes Concept-Coaching; tätig in eigener Coachingpraxis sowie an der Universität Bielefeld als supervisorische Begleitung im Graduiertenkolleg „Geschlecht als Erfahrung“ mit Schwerpunkt „Anwendung erlebensbezogener Methoden (Focusing/Thinking at the Edge) in der Wissenschaft“.

Teil 2: Ausbildungsseminare und Themenworkshops (alle parallel zeitgleich)

Samstag 07.08. bis Mittwoch 11.08.2027

Beginn: Samstag, 18:00 Uhr mit dem Abendessen

Ende: Mittwoch, 13:00 Uhr mit dem Mittagessen

Ausbildungsseminare:

Focusing I - Einführungs- und Grundlagenseminar

mit Astrid Bansen und Lothar Kammer

Focusing ist ein Zugang zu unserem noch nicht gewussten inneren Erleben. Die meisten Menschen kennen körperlich vage und unscharfe Empfindungen. Sie begleiten unser Erleben bei persönlich wichtigen Fragen und Problemen aber auch in alltäglichen Situationen. Im Focusing wenden wir uns dieser inneren Welt - für die wir noch keine Worte haben - in achtsamer und interessierter Weise zu. Indem wir den körperlich gespürten Ahnungen folgen, beginnt ein Verstehensprozess, der über das Gedachte und auch über die schon bekannten Gefühle hinausgeht. Wir finden neue stimmigere Perspektiven und eine bessere Verbindung zu uns selbst; die eigenen Freiheitsgrade

werden erhöht. Das Grundlagenseminar ist für alle Interessierten offen, die Focusing kennen lernen oder frühere Erfahrungen auffrischen möchten – gleich ob persönlich oder beruflich motiviert. Ausgehend von eigenen kleinen Themen können Sie die Wirkweise des Focusing in sich erfahren. Im Zweiersetting können erste Schritte im Focusingbegleiten erkundet werden und kleine erlebensbezogene Theorieeinheiten schaffen zusätzlich ein grundlegendes Verständnis des Prozessgeschehens.

Voraussetzungen: Neugier

Focusing IV - Integrations-Seminar

mit Regina Jürgens und Hansueli Windlin

Das abschließende Integrations-Seminar verhilft dazu, Vertrauen in den eigenen Begleitstil zu gewinnen. Dazu bietet das Seminar viel Erprobungsraum in der Begleiterrolle, so dass einerseits die Wirksamkeit der eigenen Focusinghaltung fühlbar wird und zudem eine wohlwollende Auseinandersetzung mit den dabei aufkommenden Unsicherheiten Platz findet. Auch das dabei häufig angestoßene Bewertungsthema wird aufgegriffen und kann - wie auch andere Themen - in den eigenen Focusing-Prozessen vertieft werden. Durch mehrere aufeinander folgende Focusing-Prozesse mit derselben Person und in verschiedenen

Formen der Supervision wird auch die Dynamik von Prozessfolgen zum Thema. Daneben werden wir strukturgebundene Anteile der Begleiter:innen / Focussierenden und musterhafte Wiederholungen in den Prozessen aufspüren, reflektieren und diese theoretisch verständlich machen. Ausblickend befassen wir uns mit der Bedeutung und den Möglichkeiten von Focusing für die persönliche **Arbeits- und Lebenswelt**.

Voraussetzungen: Nachweis der Teilnahme an den Modulen Focusing I, II und III

Themenworkshops:

Berührende Interventionen - Körperkontakt im Focusing?

mit Antje Sommer-Schlögl und Delia Conrad

Herausragend im Focusing ist der Einbezug des Körpers als Spür-, Symbolisierungs- und auch Handlungsmodalität. Im Körper ist oft „strukturegebundenes Erleben“ enthalten und „eingefroren“.

In diesem Seminar wirst Du lernen, wie achtsame Körperberührung feinfühlig in die verbale Focusing-Begleitung integriert werden kann.

Berührung kann unmittelbar in die Präsenz führen und den körperlichen Suchprozess erleichtern; das unmittelbar körperliche Erleben gewinnt an Intensität, Unerwartetes kann auftauchen. Veränderungsprozesse und Fortsetzungsschritte können durch

Berührung tiefer, gehaltvoller, nachhaltiger werden. Im Rahmen der partnerschaftlichen, experimentellen Praxis wird es Gelegenheit geben, auf diese ergänzende Art mit persönlichen Themen zu arbeiten.

Das Seminar gibt Einblick in ein Repertoire von achtsamen Berührungsqualitäten.

Miteinander diskutieren wir, auf welcher Grundlage berührende Interventionen ausgewählt werden können..

Voraussetzungen: Focusing I, II und III und einige Erfahrung im partnerschaftlichen Focusing

Loslassen: Wandel der Wichtigkeiten

mit Silvia Boorsma

Erlebnisse, Erfahrungen und Bewertungen vermehren sich im Laufe eines langen Lebens. Mit dem Älterwerden verändert sich oft die Bedeutung dessen, was das Leben in jüngeren Jahren geprägt hat. Wie wäre es, als älter werdender Mensch mal seinem jüngeren Ich zu begegnen, sich mit dem „mehr an Erfahrung“ ins eigene Älterwerden zu begleiten? Was darf losgelassen werden, was braucht Würdigung und was wartet auf Verwandlung? Schreibend, gestaltend und bewegend ge-

hen wir in Resonanz mit dem Thema Älterwerden - Ältersein. Texte von Hartmut Rosa, Gene Gendlin, Nathalie Knapp, Conny Zweig, Ludwig Hasler u.a. werden uns dabei zur Seite stehen. Der Workshop richtet sich an alle Altersgruppen, die sich angesprochen fühlen, älter werden wir ja alle, - jeden Tag....

Voraussetzungen: Focusing-Begleiterfahrung

Zusätzlich: Körper und Focusing: Grundannahmen von Rogers (Aktualisierungs- und Formative Tendenz) und Gendlin (Fortsetzungsordnung); Rumplaudern: ein gemeinsamer Versuch einer Annäherung

mit Thomas Franke

Ihr Lieben,

etwa seit 2020 mach ich mit dem Versuch rum, besser und mehr davon zu verstehen (bei mir ist das bevorzugt: Bilder davon zu bekommen...), was Rogers mit seiner Formativen Tendenz und Aktualisierungstendenz und was Gendlin mit seiner Fortsetzungsordnung und Focusing „wirklich“ gemeint haben könnte, v.a. was körperliche (Stichwort: „neuronale Plastizität,“) Aspekte anbelangt. Hierzu möchte ich Euch, ebenfalls hie-

ran interessierte Menschen, einladen, sich mit mir **in maximal zweistündigen Settings an zwei verschiedenen Tagen** auszutauschen. Wenn sich's ergibt, können wir noch einen dritten und vierten Tag dazu nehmen...

Ich könnte anfangs kurz (max. 10 Minuten) den aktuellen Stand meiner „Bewegungen“ hierzu vortragen, wir könnten auch Focusing-Sequenzen einbauen (aktualisieren zum Thema...) und/oder schauen, was uns sonst noch dazu einfällt und dann ein-

ander erzählen.

Ich könnte als Einstieg auch vorher einige (kurze, definitions-lastige) Schreiben zur Formativen und Aktualisierungstendenz sowie Fortsetzungsordnung an die Teilnehmenden rummailen, damit wir uns während der Austauschsettings nicht damit rumplagen müssen.

An diesem Angebot interessierten Teilnehmer*innen, die **AUS-SCHLIESSLICH** zu diesem Angebot anreisen (**bitte verfügbaren Zeitrahmen mitteilen!**), können wir leider kein Zimmer im Humboldt-Haus anbieten. Ihr solltet also Zelte mitbringen oder Euch eine Unterkunft außerhalb suchen.

Darüber hinaus stelle ich mir vor, dass wir uns beim ersten Treffen

auf dem Achberg über die Zeiten einigen, die den meisten von uns am besten passen (morgens, mittags, abends), und dann könnten wir loslegen. **In der Zeit vom 5. bis 11.8. 2027** stehe ich für (fast) alles zur Verfügung.

Zu zahlen wären hierfür zunächst mal **mind. 50,00 €**, wer will (oder wem es angemessen erscheint), kann ja auch einen höheren Betrag seiner / ihrer Wahl zugunsten unseres Netzwerkes unter dem Stichwort „Thomas-Gesummse“ an das Focusing-Büro überweisen. Anmeldungen beim Büro sind für unsere Planung hilfreich, die Teilnahme kann aber auch noch „spontan“ auf dem Achberg entschieden werden.

Was meint Ihr?

Zusätzlich: Supervisions- und Beratungsangebot

(über die gesamte Zeit vom 05. bis 11.08.2027;
zu vergeben sind Arbeitseinheiten à 50 Minuten)

mit Thomas Franke

Ich möchte mich als Berater und Begleiter in Einzelsettings für supervisorische und persönliche Anliegen jeder Art im Zusammenhang mit dem Praktizieren von Focusing an 7 Tagen für insgesamt 20 Stunden zur Verfügung stellen. Ich habe selbst keine gestalterischen oder thematischen Vorgaben. Unsere Zusammenarbeit wird also davon leben, dass Ihr Eure Anliegen in Form von theoretischen und methodischen Fragestellungen (z.B. Aktualisierungstendenz sensu Rogers und Fortsetzungsordnung sensu Gendlin; was „ist“ Focusing? u.ä.), Fragen zur Arbeit mit („schwierigen“) Klient:innen („Fallsupervision“), zum Finden und „Genauern“ eines eigenen Focusing-„Stils“, zur Indikation für Focusing in Beratung und Psychotherapie oder auch von persönlichen Themen mit- und einbringt. Hier ist also kein ganzes Seminar zu buchen, sondern Ihr könnt mich stundenweise je nach Eurem Bedarf für (max. vier Arbeitseinheiten à 50 Min. p.P.) Einzelsitzungen (Fall-Supervision, Beratung, Begleitung eures Focusing-Prozesses) in Anspruch nehmen. Pro gebuchter Arbeitseinheit sind 90 Euro zu bezahlen. Es ist

also wichtig, dass Ihr bei Eurer Anmeldung die Anzahl der Stunden und den Zeitraum angebt, innerhalb dessen Ihr auf dem Achberg für eine „Aufteilung“ verfügbar seid. Für diese Form der Setting-Organisation können keine Frühbucher-Rabatte in Anspruch genommen werden, sollten irgendwelche individuellen Notlagen bestehen, bitte ich Euch, diese mit mir persönlich zu kommunizieren (tomfra@t-online.de). Ich freue mich auf unsere Treffen.

Voraussetzungen: Ich denke, das Setting kann für Focusing-Menschen interessant sein, die mindestens das Einführungsseminar (Focusing I) absolviert haben.

Anmeldung: Ich bitte Euch, Eure Anmeldungen für mein Angebot möglichst frühzeitig vorzunehmen: **Spätestens ab dem 01.07.2027 sind für dieses Angebot keine Anmeldungen mehr möglich.** Für nähere Informationen könnt Ihr Euch gerne an Antje Sommer-Schlögl (Focusing-Büro) oder direkt an mich wenden.

Poolprogramm

Herzlich willkommen sind auch mitreisende Angehörige (mit oder ohne Kinder), die nur ausspannen, am wunderschönen Pool liegen oder die Infrastruktur des Hauses genießen wollen.



Neugierig? Dann schauen Sie auf die Webseite des Humboldt-Hauses: www.humboldt-haus.de



Anmeldung unter: www.focusing-netzwerk.de

→ Dozent:innen

Antje Sommer-Schlögl	 M.A. Päd./Psych., Achtsamkeit, Focusingtherapie, EMDR-Traumatherapie, Sexualberatung, system. Paarberatung, HP Psych. (HeilprG), Focusing-Ausbilderin (FN), D – München
Astrid Bansen	 Lehrerin, Personenzentrierte Beratung (GwG), Supervision (IACC), Focusing-Ausbilderin (FN), D - Hildesheim
Delia Conrad	 Personenzentrierte Beraterin (GwG), Traumatherapeutin, HP (Psych.), Focusing-Ausbilderin (FN), D - Lauenau
Hansueli Windlin	 Dipl. Sozialarbeiter (FH), Personenzentrierter Prozessbegleiter GfK, transformation in natura® Coach, Focusing-Ausbilder (FN), CH - Luzern
Lothar Kammer	 Supervisor, Coach, Mediator, Focusing-Ausbilder (FN), D – Rantrum bei Husum
Regina Jürgens	 Dipl. Soz., Personenzentrierte Beraterin und Ausbilderin, EC-Coach GwG, Focusing-Ausbilderin (FN), D – Bielefeld
Reto Schmidli	 Dipl. Yogalehrer, Kampfkunstlehrer, tätig in der Flüchtlingsarbeit, Focusing-Ausbilder (FN), CH - St. Gallen / Herisau
Silvia Boorsma	 Malerin, Dipl. Kunsttherapeutin u. -pädagogin, Klientenzentrierte Gesprächsführung GwG, Focusing-Ausbilderin (FN), CH – Basel / Arlesheim
Thomas Franke	 Dipl. Psych., PP & KJP, Lehrtherapeut, Supervisor, Certified Focusing Professional (TIFI), Focusing-Ausbilder (FN), D - Erfurt
Heinke Deloch	 M.A. Philosophie, Personenzentrierte und Emotionsfokussierte Beraterin (GwG; IEFT); Ausbilderin für Focusing, Thinking at the Edge und Personenzentrierte Beratung; Mit-Begründerin der Methode Erlebensbezogenes Concept-Coaching; tätig in eigener Coachingpraxis sowie an der Universität Bielefeld als supervisorische Begleitung im Graduiertenkolleg „Geschlecht als Erfahrung“ mit Schwerpunkt „Anwendung erlebensbezogener Methoden (Focusing/Thinking at the Edge) in der Wissenschaft“, D - München / Grafting

→ Anmeldeschluss ist der 05. Juli 2027

Nach diesem Datum ist eine Rückerstattung nicht möglich, es sei denn, Sie oder wir stellen eine Ersatz-Teilnehmer:in, welche die erforderlichen Voraussetzungen mitbringt.

→ Preise

Teil 1 (Auftaktseminar)	280,- €
Teil 2 (Ausbildungsseminare und Themenworkshops)	520,- €

→ Ermäßigungen

Wir bieten verschiedene Ermäßigungsmöglichkeiten an:

Frühbucherrabatt bei Anmeldung bis Ende Februar und Zahlungs-Eingang bis Ende April 2027:

Teil 1 (Auftaktseminar):	255,- €
Teil 2 (Focusing-Seminare und Themenworkshops):	450,- €

Vollzeit-Studierende, Erwerbslose und Sozialhilfe-Empfänger:innen (mit Nachweis) bezahlen für die Ausbildungsseminare und Themenworkshops in Teil 2:

370,- €

Es kann nur ein Rabatt geltend gemacht werden.

→ Organisatorisches

Anmeldung mit dem dafür vorgesehenen Formular über unsere Website:

<http://www.focusing-netzwerk.de/index.php/focusingwoche/anmeldung>

Internationaler Bankcode: Antje Sommer-Schlögl, ING-DiBa,

IBAN: DE09 5001 0517 5415 5984 00 , Swift/BIC: INGDDEFFXXX

Die Reservierung im Humboldt-Haus nehmen Sie bitte selbst vor.

→ Fragen zu den Seminaren

sowie zur Anerkennung früherer Focusing-Kurse beantwortet Ihnen das Focusing-Netzwerk-Büro:

Antje Sommer-Schlögl ~ Tel +49 (0)170 - 4275 837 ~ buero@focusing-netzwerk.de

Weitere Informationen zu den Seminarleiter:innen und der Veranstaltung:

www.focusing-netzwerk.de

Fortbildungspunkte der Psychotherapeutenkammer sind auf Anfrage möglich.

→ Das Humboldt-Haus

Internationales Kulturzentrum Achberg e.V. -Humboldt-Haus, D-88147 Essersweiler, Fon. +49 (0)8380 335

Auch Möglichkeit zu campen mit Duschgelegenheit mit Vollpension. Weitere Informationen sowie Privatquartiere in der Umgebung über das Humboldt-Haus: www.humboldt-haus.de

Anmeldung unter: www.focusing-netzwerk.de

