

## Einladung zur Focusing-Masterclass mit Elmar Kruithoff

**Focusing in all seinen Facetten kann ich nicht erklären.** Stattdessen kann ich etwas viel Besseres machen: Ich kann es demonstrieren.

**Einem *live* Focusing-Prozess** beizuwohnen hat den Vorteil, dass du auf eine andere, neue, vielschichtige Art und Weise lernen kannst.

**Während der Sitzung** beobachtest, hörst, notierst, spürst du ... was auf beiden Seiten des Prozesses sowie bei dir selbst passiert. Wir gehen gemeinsam durch die Höhen und Tiefen der Sitzung - und danach kannst du zusammen mit der Gruppe analysieren, Muster erkennen, einordnen und verstehen.

**Demonstrieren bedeutet nicht, dass das „Richtige“ getan werden muss.** Vielmehr ist es ein freudiger Sprung ins kalte Wasser, der Wunsch sich auf den lebendigen Erlebensprozess einzulassen und zu untersuchen, wie wir damit umgehen können. Wir halten Ausschau nach neuen Ideen und Möglichkeiten; und es geht nicht darum, „gut“ zu sein, sondern um Verletzlichkeit, Neugierde, Offenheit ... sowie dem Lernen aus allem, was (noch) nicht richtig funktioniert.

**Hier gibt es alle Infos und die aktuellen Termine:**

<https://www.focusing-center.com/services/masterclass>

Bei Fragen gerne eine Email an [ek@focusing-center.de](mailto:ek@focusing-center.de)