

# weichkantig MannSein mit Feingefühl und Lebenskraft

Focusingorientiertes Seminar für Männer

8.-12. April 2026

DFI – Deutsches Focusing Institut, Würzburg

Im Seminar kreieren wir gemeinsam einen FreiRaum, der die Verbindung der Teilnehmer zu sich selbst und den anderen Männern in der Gruppe ermöglicht und nährt. Die Sehnsucht nach Kontakt – zu sich selbst und zu anderen – ist der Wind in den Segeln. Wir kommen mit der innewohnenden Lebenskraft, dem eigenen Spürsinn und unserer Verletzlichkeit in Berührung.

Verinnerlichte Männlichkeitsnormen und deren Wirkungen können dabei ent-deckt werden. Die Aufmerksamkeit liegt einerseits auf der Bestärkung und Verfeinerung der emotionalen und körperlichen Wahrnehmung. Zum anderen widmen wir uns den persönlichen Beziehungserfahrungen und ihren Entfaltungsmöglichkeiten. Wir arbeiten mit Methoden und Praxis aus Focusing, Gruppendynamik, Neue Autorität und Männerberatung.

Grundkenntnisse in Focusing, z.B. Basiskurs o.ä., sind erwünscht. Bei Interesse am Seminar ohne Focusingenerfahrung ersuchen wir um vorherige Rücksprache mit Jürgen Allgäuer, Kontakt siehe unten.

**Jürgen Allgäuer**

Focusingtherapeut  
Männer- & Gewaltberater  
Erziehungswissenschaftler,  
Suchttherapeut, Coach

**Karl-Heinz Stark**

Supervisor & Organisationsberater  
Eltern- & Paarberater  
Männer- & Gewaltberater  
Coach für Neue Autorität

[www.praxisallgaeuer.at](http://www.praxisallgaeuer.at)

[www.stark-beratung.at](http://www.stark-beratung.at)



**Anmeldung HIER**

