

Ulrike Boehm und Julia Haardt

Ausschreibung des Workshops:

Wo in deinem Körper wohnt die Zuversicht?

Vielleicht kennst du es, dass dir in schwierigen, schmerzhaften, krisenhaften Zeiten der Freiraum völlig abhandenkommt? Dass alles dunkel, festgefahren oder aussichtslos erscheint oder du aus dem kreisenden Gedankenkarussell nicht abspringen kannst? Und selbst wenn du Focusing und Freiraum eigentlich kennst dich nicht an dieses wichtige Handwerkszeug erinnern oder es für dich nutzen kannst?

Dann laden wir dich ein dich mit uns auf die Suche zu machen nach dem Ort in deinem Körper, in dem die Zuversicht wohnt. Und in dem eine Ahnung von Vertrauen zu finden ist, dass ein guter nächster Schritt hin zum Lebendigen kommt. Vielleicht entsteht aus diesem Raum heraus schon ein tragender neuer Schritt mit der sich deine jetzige Lebenssituation und dein Körpergefühl ein bisschen verändert, heller oder leichter wird.

Wir freuen uns darauf gemeinsam mit dir auf die Suche zu gehen und diese neuen Räume zu entdecken!

Ulrike Boehm:

Dipl.- Sozialpädagogin, Focusing-Therapeutin (DAF), Heilpraktikerin für Psychotherapie

Website: www.praxisgemeinschaft-hopfenscheune.de

Julia Haardt:

Lehrende im DFI für Ausbildung in Focusing - Basis -

<https://www.haardt-coaching.de/>