Focusing und Kreativität

"Der Ursprung jeglicher Kreativität ist die Lebenskraft selbst."



„Ja, Kreativität hätte ich gerne mehr in meinem Leben – aber ich komme nicht dazu – und wenn ich ihr Raum geben will, dann gibt es etwas, das sie blockiert." Diese und ähnliche Erfahrungen schrecken uns ab, begrenzende Glaubenssätze machen uns mutlos – dabei ist die Sehnsucht nach kreativem Sein in allen von uns.

- Fühlen Sie sich manchmal festgefahren in sich immer immer wiederholenden Mustern?
- Würden Sie gerne Ihrem kreativen Selbst mehr Raum Raum in Ihrem Leben geben?
- Haben Sie die innere Gewissheit, dass Ihre Kreativität, Ihr Körper und Ihre Heilung auf einer tiefen Ebene miteinander verbunden sind?

Ein ganzer Fächer von Möglichkeiten eröffnet sich in unserem Workshop *Focusing und Kreativität*: von Bewegung und Tanz zu Collage und Malen zu Poesie und freiem Schreiben – ohne ein MUSS. Sie machen die Erfahrung von Befreiung von inneren begrenzenden Mustern und aufsteigendem Druck – und wenn die Blockierungen kommen, hilft uns Focusing mit ihnen zu sein.

Focusing ist eine Methode, die den Kontakt zwischen Denken und Fühlen wieder herstellt – ein systematischer Zugang zu Gespür und Intuition, dessen Schritte erlernbar sind. Focusing hilft uns, mit inneren Begrenzungen umzugehen und gibt uns die Erfahrung mit allem, was zu uns gehört, als ganze Person zu sein.

Wir arbeiten in einer kleinen, individuellen Gruppe, in der Sie Focusing erlernen. Sie bauen Vertrauen auf in den Focusing Prozess: Schritt für Schritt - und Sie können die Veränderungen in Ihrem Leben unmittelbar erfahren.

Datum:	**20. / 21-. September 2014** (jeweils 10:00 bis 18:00 Uhr)
Ort:	**Schwerin, Bischofstrasse 2**
Teilnahmegebühr:	**165,- €**



Ich bin **Heidrun Essler** und es ist mir wichtig, Sie dabei zu unterstützen Focusing-Kommunikation zu erlernen, damit sie in Ihrem Leben das tun können, was für Sie richtig ist.
Ich arbeite als studierte Sprechpädagogin (DGSS) und Focusing Ausbilderin (Coordinator TFI New York) seit 1989 im Kommunikation- und Konfliktbereich – in Seminaren, Workshops und Coaching. Ich bin in meinem Beruf immer wieder mit der Stimmigkeit von Sprechen und Handeln konfrontiert, und aus meiner langen Erfahrung habe ich diese Workshops entwickelt. Sie können hier Focusing als Methode erlernen, vertiefen und in Anwendungsgebiete Ihres täglichen Lebens übertragen.

Information und Anmeldung bei:

Heidrun Essler: www.essler-seminare.de / email: essler@essler-seminare.de / mobil: 0172-6203598