

De kracht van Focusing leren kennen



3 zaterdagen 3 en 17 februari, 3 maart

Meer Flow en minder moeten in je leven?

Focusing is een techniek om dit te bewerkstelligen. Focusing is luisteren naar en stilstaan bij signalen van je lichaam. Waardoor je beter met emoties leert omgaan, weloverwogen keuzes gaat maken en beter voor jezelf gaat opkomen. Na basiscursus heb je geoefend met een aantal basisvaardigheden van Focusing en weet je hoe je zelf of met een maatje verder kunt met het toepassen van Focusing in je persoonlijke en professionele ontwikkeling.

Focustrainer: Harriët Teeuw, gecertificeerd door TIFI, The International Focusing Institute (2005, New York)

Locatie: De Ruimte, Hoofdweg 243, 8475 CA Nijeholtpade

Tijd: 10.00 – 17.00

Accreditatie Register Vaktherapie: 18 punten.

Kosten: 285 euro inclusief lunch en alle materialen.

Opgave en informatie: hteeuw@xs4all.nl 06 52105938