



## Rückmeldungen von Focusing-Kundinnen

Ich habe mich mit Deiner kompetenten, liebevollen Begleitung im Focusing sehr wohl und geborgen gefühlt. Du hast mir einen geschützten Raum geboten, so dass sich mein Thema mit allen Facetten zeigen durfte, und ich es auch wagen konnte, da mal genauer hinzuschauen. Diese eine Stunde hat so vieles angestossen und in Bewegung gebracht, was ich nun ganz liebevoll weiter beobachte, bearbeite und nachwirken lasse. Dieses pulsierende Gefühl hat sich als pure, unbändige Lebenslust entpuppt, die sich ihren Weg zurück in mein Leben gebahnt hat. Für diese kostbare Möglichkeit, mich, dank Deiner Begleitung, wieder mit meiner Lebensfreude verbinden zu können, bin ich Dir unendlich dankbar! **C.M. 2018**

...Jedenfalls ist es immer sehr spannend, wie ein Focusingprozess abläuft, und ich staune immer wieder über welche innere Weisheit wir verfügen, wenn wir den Raum dazu geben. Focusing kann man eigentlich nicht theoretisch lernen, sondern muss man einfach erfahren. Auch muss man sämtliche Konzepte loslassen und sein „Gefäss“ frei machen, um ich achtsamer und empathischer Präsenz im Hier und Jetzt zu sein und den Prozess zu begleiten. Jedenfalls empfinde ich Focusing als ein unglaubliches Werkzeug, mit dem ich tiefer gelangen kann (sofern Klient bereit dazu) als mit Methode xy. Denn Focusing führt ins unmittelbare heilsame Erleben, Methode xy manchmal auch, doch die Prozesse finden hauptsächlich im Kopf statt. **N.F.2019**