



Weiterbildung:

Klassisches Focusing plus "Focusing-mit-dem-ganzen-Körper" (FGK) –

"Focusing with the Whole Body" Relational Embodying

18-monatige modulare Fortbildung am Focusing Institut Köln

Ausbilderin: [Astrid Schillings](#) FGK

Co-Ausbilder: Danny Gehlen Klass. Focusing

Modul 1 als Schnupperseminare/ Einführungen:

25./26. April 2026

12./13. Sept. 2026

Kosten für das Schnupperseminar: 295€

Das Schnupperseminar kann auch als 5 Einzelsitzungen gebucht werden.

Kosten je Weiterbildungs-Modul: 395 € inklusive Supervision

Gesamtkosten der Weiterbildung: 3.550 € inklusive Gruppensupervision.

Die Module bauen aufeinander auf und finden alle zwei Monate statt von Oktober **2026** bis März **2028**.

Termine 2026

16.10.-18.10.26 > Modul 2

11.12.-13.12.26 > Modul 3

Termine 2027

19.02.-21.02.27 > Modul 4

16.04.-18.04.27 > Modul 5

25.06.-27.06.27 > Modul 6

03.09.-05.09.27 > Modul 7

12.11.-14.11.27 > Modul 8



Termine 2028

14.01.-16.01.28 > Modul 9

10.03.-12.03.28 > Modul 10

In dieser Ausbildungswerkstatt erleben und erkunden wir die einzelnen Schritte des klassischen Focusing und Focusing mit dem Ganzen Körper für uns selbst und in der Anwendung in Leben und Arbeit. Focusing – eine ganz spezifische Art des Spürens und Arbeitens mit körperlichen Resonanzen - wird sowohl in der Selbsthilfe, der Beratung, Therapie wie auch in Kreativität und Entscheidungs- und Sinnfindung eingesetzt. Das klassische Focusing und das "Focusing-mit-dem-ganzen-Körper" werden in dieser Ausbildungswerkstatt als Ganzes zusammen vermittelt. Diese Verbindung bewegt festgefahrene Muster und Blockaden, bietet eine Burn-Out Prophylaxe, stärkt Resilienz und lädt eine frische Lebensbewegung ein. Die Grundlagen für unterschiedliche Anwendungen werden erarbeitet und erweitert durch den ganzkörperlichen Ansatz.

Die Werkstatt kann bei entsprechender Voraussetzung mit einem Zertifikat **Focusing-Begleitung (FINK)**, **Focusingorientierte Prozessbegleitung (GwG)** abgeschlossen oder für persönliche Wachstumsprozesse genutzt werden.

Leitung

Astrid Schillings, Dipl. Psych. /Dipl.Soz.Päd., Psycholog. Psychotherapeutin, Focusing-Ausbilderin und zertifizierungsberechtigte Koordinatorin des Internationalen Focusing Instituts New York, Ihre Ausbildungen in Personenzentriert Psychotherapie, Somatic Experiencing, Authentic Movement, Feldenkrais und Meditativem Forschen sind in ihre Entwicklung des „Focusing mit dem Ganzen Körper“ eingeflossen. 1998 Gründung des FINK in langjähriger Zusammenarbeit mit Eugene Gendlin.

Co-Leitung

Danny Gehlen, M. Sc. Psych., Psycholog. Psychotherapeut (VT), systemischer Coach und Veränderungsmanager, Doktorand (Universität Köln), Focusing Trainer FINK/TIFI.

Ratenzahlung ist möglich. Bildungsscheck- und Bildungsprämie sind möglich.
200 Fortbildungspunkte – Psychotherapeutenkammer NRW – wenn gewünscht.