Programma Basiscursus Focusing

Dag 1 16-10-2020

10.00-13.00

Pauze 13.00-14.00

14.00-16.00

Onderwerpen: Felt Sensing; Focus vaardigheden: “pauzeren, luisteren, opmerken, volgen“; De Focussende basishouding, in Presence’ zijn

Dag 2 30-10-2020

10.00-13.00

Pauze 13.00-14.00

14.00-16.00

Onderwerpen: Presence: wat ondersteunt dit en wat verstoort dit; Focus stappen, Focus fasen, Ruimte maken; Blokkades

Dag 3 13-11-2020

10.00-13.00

Pauze 13.00-14.00

14.00-16.00

Onderwerpen: (h)erkennen en omgaan met kritische processen en innerlijk kind