

Lore Korbei

Brush up your Focusing

(Sprache: Deutsch)

„Heut besuch' I mi, hoffentlich bin I zhaus" – mit diesem Augenzwinkern Karl Valentins lädt Lore Korbei zu einer Masterclass ein, die sich dem widmet, was im therapeutischen Alltag manchmal verloren geht: dem echten Kontakt mit dem eigenen inneren Erleben.

Diese Masterclass richtet sich an alle, die Focusing kennen – und die sich fragen, ob das, was sie in ihrer Praxis tun, wirklich noch Focusing ist. Ob das intuitive Innehalten vor dem nächsten Satz, das leise Warten auf etwas noch Unbenennbares, das Spüren einer Situation „von innen her" tatsächlich dem entspricht, was Gendlin meinte, als er Experiencing, Felt Sense und Carrying Forward beschrieb.

Wir kehren zurück zu den Grundlagen – nicht als Repetition, sondern als Wiederentdeckung. Denn Focusing ist keine Technik, die man einmal lernt und dann anwendet. Es ist eine bestimmte Art des Existierens mit dem, was noch nicht in Sprache gefasst werden kann.

Worum es geht:

Wir gehen der Frage nach, was die Pause in der Psychotherapie eigentlich leistet – und warum sie oft mehr trägt als das nächste Therapeutenwort. Wir vertiefen das Verständnis von Strukturgebundenheit und Fortsetzungsordnung: Wie erkennen wir, wenn Erleben „eingefroren" ist – wenn sich dasselbe wiederholt, weil der implizite Körper keine Antwort mehr findet, die ihn weiterbringt? Und wie kann die Begegnung mit dem Therapeuten oder der Therapeutin genau das möglich machen, was allein nicht gelingt?

Wir erkunden den „von innen gespürten Körper" zu Situationen, Themen und Problemen – nicht nur sprachlich, sondern in verschiedenen Modalitäten des Ausdrucks. Denn Symbolisierung ist nicht auf Worte beschränkt:

Körperbewegung, Bild, Geste, Metapher können Träger des Felt Sense sein.

Und wir denken Rogers und Gendlin als das zusammen, was sie sind: zwei Stimmen eines gemeinsamen Projekts – der Rückkehr zur unmittelbaren Erlebenswirklichkeit des Menschen als Ausgangs- und Zielpunkt jeder therapeutischen Begegnung.