



Zentrum für Focusing  
und Künstlerische Therapie

Hirschauer Strasse 50  
72070 Tübingen

Gespräch

Focusing

Kunst

## Farben der Entscheidung: Der Workshop zur Sommer Challenge! - KTF gestützte Entscheidungsfindung

Freitag 10. September 18.00 – 21.00 Uhr

Da gibt es etwas, dass Dich nebelig und verwirrt fühlen und Dich zweifeln lässt. Finde heraus was im Weg steht, um zu innerer Stimmigkeit und Handlungsfähigkeit (zurück) zu finden. Macht der Kopf Pause, werden Farben zum Wegweiser.

Jedes Nichtwissen ist implizites Wissen. Was blockiert, ist Angst vor dem Unbekannten. Wir pendeln zwischen Spüren, Fragen, Hinhören und kreativem Ausdruck. Wir nutzen Farbe, Bewegung, Gesten und Worte für unser Entscheidungsanliegen. Offenes und neugieriges Interesse unterstützt den Prozess der Entscheidungsfindung.

Künstlerische Vorerfahrung und Focusing Erfahrung braucht es keine. An Materialien kannst Du alles nehmen was du hast: Festes Papier, Collage Material, eigene Fotos, Kreiden, Fingerfarben, Buntstifte, Malfarben und Farben aus der Natur. Du brauchst auch Tesakrepp/Tesafilm, eine Schüssel mit Wasser und Tempos.

Leitung: Freda Blob, zert. FOT/FOAT Therapeutin TIFI,  
Kunsttherapeutin DFKGT i.A., Zert. Guided Drawing Practitioner  
Kosten: 30 EUR (voller Preis ohne Challenge Bonus)

Ticket: <https://www.focusing-tuebingen.de/atelier-shop/>

Es gelten die FOCUSZ AGB's