

FOKUS EMOTIONEN

FOCUSING- ERSPÜRUNG

Im Gespräch mit Ruth Sar-Shalom

www.focusing-vienna.com

Fotocredits by Noa Zeni



Ruth Sar-Shalom

Ruth ist seit über 20 Jahren im Bereich der Lebens- und Sozialberatung im Einsatz. Trotz ihres unglaublichen Schatzes an Methoden, Werkzeugen und Zugängen schlägt ihr Herz vor allem für FOCUSING. Die Bescheidenheit und Einfachheit mit der sich Focusing auszeichnet und diese kleinen aber sehr bedeutsamen Veränderungen, die es bewirkt, motivieren Ruth, mehr Menschen diese Möglichkeit für sich zu erSPÜRen.

Ruth kommt ursprünglich aus Israel und lebt jetzt mit ihrer Familie in St. Andrä Wördern, nahe Wien. Sie arbeitet seit vielen Jahren sowohl in Einzelsettings als auch mit Gruppen. Ruth ist eine besondere Frau, mit der die Entdeckungsreise viel Freude macht, sie begleitet Entwicklungsprozesse auf eine tiefgehende, herzliche und professionelle Art und Weise. Leichtigkeit, Tiefe und Menschlichkeit sind spürbare, sichtbare und klare Eigenschaften ihrer Arbeit.

Sie arbeitet als Lebens- und Sozialberaterin und Supervisorin und ist Focusing-Coordinator vom Focusing New York Institute.

Ihr Weg mit Focusing: Über viele Jahre hinweg hat sie verschiedene Methoden gelernt, mit vielen Werkzeugen gearbeitet und unterschiedliche Zugänge kennengelernt (z.B. Körper-, Bewusstseins- und Aufstellungsarbeit, Voice Dialogue). Jede dieser Methoden, Werkzeuge und Zugänge war wichtig für sie und hat ihr Leben und ihre Arbeit, in der sie Menschen auf ihrem persönlichen Weg begleiten darf, bereichert.

Nach 20 Jahren Arbeit ist sie auf die Praxis des Focusing gestoßen. Obwohl es kein völlig neues Konzept für sie war, hat sie dadurch doch einen neuen Zugang gefunden, der für sie viel veränderte. Jetzt möchte sie diese Methode weitergeben, damit auch andere auf eine neue Weise mit sich selbst, dem Leben und der Welt in Beziehung treten können.

Ruth persönlich liebt die Bescheidenheit und Einfachheit, die Focusing auszeichnet. Die kleinen aber sehr bedeutenden Veränderungen, die es bewirkt, und die Möglichkeit, es auf alles, was wir im Leben tun und uns im Leben begegnet, anwenden zu können, schätzt sie sehr.

Mehr zu Ruth: <https://www.focusing-vienna.com>