

# FOCUSINGJOURNAL

Herausgegeben von Johannes Wiltschko  
und der Akademie für Focusing, Focusing-Therapie und Prozessphilosophie

## Auszug aus dem Inhalt der bisher erschienenen Hefte

### Heft 1

Richard Baker-roshi: *Das, was ist, ist genug. Zur Praxis der Achtsamkeit*  
Sybille Ebert-Wittich: *Bewegungsunterstütztes Focusing – dance it*  
Eugene T. Gendlin: *Würdigung und Problematik der Humanistischen Psychologie*  
Carola Krause: *Was Sexualität mit Schildkröten zu tun hat – oder Focusing-Arbeit mit Symbolen*  
Johannes Wiltschko: *Kleiner Leitfaden für meine Klientinnen und Klienten*

### Heft 2

Richard Baker-roshi: *Zen und Focusing*  
Maria-Anne Gallen: *Plädoyer für einen bewußten Umgang mit Diagnostik in der focusing-orientierten Therapie*  
Eugene T. Gendlin: *Wenn wir es Therapie nennen ...*  
Johannes Wiltschko: *Focusing ist dort, wo Du gerade bist*

### Heft 3

Camill Behrle: *Wenn ich auf mein Meditieren fokussiere*  
Eckehard Rechlin: *Focusing im Zeitmanagement*  
Klaus Renn: *Die Arbeit mit strukturgebundenem Erleben*  
Manfred Sickert: *WOLF – Whole Organisation Living Focusing*  
Johannes Wiltschko: *Focusing als Fahrzeug des Denkens*

### Heft 4

Eugene T. Gendlin: *Ein philosophisches Auto für Focusing-Leute*  
Klaus Renn: *Focusing's Urgroßvater: William James*  
Susanne Weissman: *Focusing und Coaching*  
Johannes Wiltschko: *Leben mit (Alp-)Träumen*

### Heft 5

Eugene T. Gendlin: *Ein neues Modell*  
Annette Jäger: *Focusing in der Psychiatrie*  
Carola Krause: *Erstaunlich, was Innehalten so bringt. Ein Plädoyer fürs Gruppenfocusing*  
Frank O. Lippmann: *Focusing in der Supervision*  
Annegret Stopczyk: *Sophias Leib*

### Heft 6

Michael Balk: *Focusing in Coaching und Supervision*  
Eugene T. Gendlin: *Erste-Person-Wissenschaft I*  
Andrew McDonald: *Meditation als ein Sein mit dem Wortlosen*  
Annegret Stopczyk: *Körperliebe*  
Heinz Urban: *Focusing und Meditation*  
Johannes Wiltschko: *Der Drehspieß – Über zwei Formen des achtsamen Seins (mit praktischen Anleitungen)*

### Heft 7

Eugene T. Gendlin: *Erste-Person-Wissenschaft II*  
Beatrix Teichmann-Wirth: *Über die Einbeziehung des Körpers in die personenzentrierte Psychotherapie*

Johannes Wiltschko: *Aus der Not eine Tugend machen – William James: Das beschwerliche Leben eines Genies*

### Heft 8

Eugene T. Gendlin: *The Experiential Response I*  
Bala Jason: *Die Seele berühren – ein sexuelles Dilemma*  
Beate Ringwelski: *Die Interpretation des Felt Sense durch physiologische Phänomene*

### Heft 9

Eugene T. Gendlin: *The Experiential Response II*  
René Maas: *Dem Zuhören lauschen*  
Hans Neidhardt: *Das Ich ist ein freier Raum*

### Heft 10

Hans Peter Niederhäuser: *Die Wolke des Nichtwissens*  
Klaus Renn: *Wenn der Brunnen sprechen könnte ...*  
Klaus Renn: *Was kann ich tun, um gerettet zu werden?*  
Ann Weiser Cornell, Barbara McGavin: *Selbst-Focusing*  
Johannes Wiltschko: *Imagination im Focusing*

### Heft 11

Eugene T. Gendlin: *Einführung in Focusing*  
Angela Tichy: *Focusing und Atemarbeit*  
Anke Zillessen: *Wenn Physiotherapeuten mit Focusing arbeiten*  
Johannes Wiltschko: *Sie wollen einen Stuhl kaufen?*

### Heft 12

Christian Bartmann: *Das körperliche Erleben und „das Ich“*  
Jürg Burki: *Begegnung: Focusing und Kunst*  
Sybille Ebert-Wittich: *Heilsame Erfahrungen für das Innere Kind*  
Sibylle Friedrich: *Focusing als qualitatives Forschungsinstrument: Erkundung des Inneren Kritikers*  
Franz Weinzettl: *Wege, Wandern – innen und außen zugleich*  
Johannes Wiltschko: *Unterhaltung mit einer Psychoanalytikerin*

### Heft 13

Christian Bartmann: *„Nach innen spüren“ oder „sich nach außen behaupten“ – ein nur scheinbarer Gegensatz?*  
Jürg Peter Burki: *Focusing und Gewaltfreie Kommunikation*  
Eugene T. Gendlin: *Mehr als Vernunft – einige philosophische Quellen und Implikationen von Focusing*  
Peter Lincoln: *Poetry at the edge – Rilke und die dunkle Seite von Focusing*  
Marie Mannschatz: *Focusing am Telefon*  
Klaus Renn: *Ein paar Bemerkungen zum Freiraum*  
Alexandra Tschom: *Ein benutzbares Quantenwissen – focusingorientiert*  
Silvia Wasner: *Trauma-Therapie und Focusing-Therapie – ein Anstoß zur Diskussion*

### Heft 14

Michael Balk, Bettina Markones: *Kinder, Achtsamkeit, Focusing*

Eugene T. Gendlin: *Einige nicht neue, aber wichtige Bemerkungen zu ...*  
Susanne Kersig: *Das Antidot von Al Pessso: Ideale Eltern für das Innere Kind*  
Mathes Seidl: *Freie Improvisation oder die kreative Intelligenz des Körpers*  
Johannes Wiltschko, Klaus Renn: *Alle dienen der Königin! Focusing-orientierte, kollegiale Supervision*

#### Heft 15

Martin Franken: *Begleiten im Partnerschaftlichen Focusing I*  
Eugene T. Gendlin: *Über Politik*  
Johannes Wiltschko: *Focusing-orientierte Aufstellungen*

#### Heft 16

Martin Franken: *Begleiten im Partnerschaftlichen Focusing II*  
Maria-Anne Gallen: *Entwurf einer focusing-orientierte Diagnostik*  
Mary Hendricks-Gendlin: *Grass-Roots Globalisierung*  
Eugene T. Gendlin: *Über das Universum und andere „große Worte“*  
Silke Leonhard: *Begegnung mit Gene Gendlin*

#### Heft 17

Sybille Ebert-Wittich: *Focusing-Haiku – die Essenz in Worte fassen*  
Martin Franken: *Begleiten im Partnerschaftlichen Focusing III*  
Eugene T. Gendlin: *Was ist Philosophie?*  
Silke Leonhard: *„Leiblich lernen und lehren“: Wege zur Achtsamkeit in der Religionspädagogik*

#### Heft 18

Peter Lincoln: *Focusing und christlichen Spiritualität*  
Bettina Markones: *Focusing in der Schule*  
Klaus Renn: *Freude, schöner Götterfunken ...*  
Johannes Wiltschko: *Focusing und der personenzentrierte Ansatz*

#### Heft 19

Richard Baker-roshi: *„Geist“ – was ist das eigentlich?*  
Sibylle Friedrich et al.: *Der „Innere Patriarch“*  
Bettina Markones: *Freiraum-Schaffen mit Kindern*  
Hans Neidhardt: *Focusing mit dem „Inneren System“*  
Johannes Wiltschko: *„Körper“ – was ist das eigentlich?*

#### Heft 20

Maria-Anne Gallen: *Die Dimension der Liebe – das Herz im Focusing*  
Eugene T. Gendlin: *Focusing – die philosophische Seite*  
Andreas Maier: *Wie Musik wirkt*  
Hans Neidhardt: *Shift happens. Strukturgebundene Organisationsmuster der Aufmerksamkeit ... und Focusing!*  
Anke Zillessen: *Schreiben mit Focusing*

#### Heft 21

Eugene T. Gendlin: *Einführung in Thinking At the Edge (TAE)*  
Bettina Markones: *Ein neues Zuhause für Herrn N. Aus einer focusingorientierten Kindertherapie*  
Karin Schwind: *Fundstücke einer Suchbewegung.... Kreatives Schreiben und Focusing*  
Ann Weiser Cornell: *Die Transformation des Inneren Kritikers I Focusing und Dichten. Ein Interview mit dem Schriftsteller Franz Weinzettl*

#### Heft 22

Marion N. Hendricks: *Die Rolle des Experiencing in der Psychotherapie*

Michael Hübler: *Focusing, Neurobiologie, Intuition und innere Motive*  
Matthias Steingass: *Focusing, mehr als ein wenig Schattenarbeit*  
Ann Weiser Cornell: *Die Verwandlung des Inneren Kritikers II*  
Johannes Wiltschko: *Focusing als Grundlage einer Metapsychotherapie*

#### Heft 23

Birke Mersmann: *Eight forever! Vorschlag zu einer gelegentlichen Akzentverschiebung*  
Felix Fuders: *Eine Wirtschaftsordnung ohne Zinsen*  
Maria-Anne Gallen: *Der innere Zeuge. Rollenspiele und ihre Auflösung mit Hilfe von Charakter-Typologien*  
Susanne Kersig: *Den „guten Ort“ im Körper finden*  
Hans Neidhardt: *Ein Interview mit Artho Wittemann über Wandlungsprozesse in Inneren Systemen I*  
Gabriele Nemeč-Jury: *Über die Anwendung von Focusing in der Therapie mit essgestörten Frauen und jugendlichen Mädchen*

#### Heft 24

Hildegard Cha: *Focusing, Spürbewusstsein und Resonanz als Fahrzeug des Kunst-Schaffens*  
Tony Hofmann: *Intuitiv fotografieren*  
Hans Neidhardt: *Ein Interview mit Artho Wittemann über Wandlungsprozesse in Inneren Systemen II*  
Ulrike Pilz-Kusch: *Burnout – nein danke! „Schlüssel-Werkzeuge“, die Kraft geben*  
Beatrix Teichmann-Wirth: *Die wissende Lücke... Zur Weisheit des Organismus im Leben mit Krebs*  
Barbara Rüttner und Lutz Götzmann: *Arbeiten mit der Resonanz des Körpers.*  
Katrin Tom-Wiltschko: *„Schreibblockaden“?*

#### Heft 25

Martin Bolkart: *Montessori und Focusing*  
Thomas Fuchs: *Geist, Gehirn und Leben. Zur Theorie verkörperter Kognition*  
Bettina Markones: *Focusing macht Schule*  
Hans-Dietrich Nehring: *Focusing mit biblischen Texten*  
Sigrid Patzak: *Freiraum entwickeln nach Traumatisierung. Traumaspezifische Interventionen im Focusing*  
Beate Ringwelski: *Felt Sense – ein physiologisches Phänomen?*  
Katrin Tom-Wiltschko: *Sehr geehrter Klient! Eine Satire*  
Meggi Widmann: *Venus, Mars und all die anderen in meiner Werkzeugkiste oder wie Focusing und Astrologie sich ergänzen*

#### Heft 26

Martina Hartkemeyer: *Den Blick weiten – Die Kraft des Dialogs*  
Jochen Hofer: *Wo die Wahrheit nackt und schön ist. Wie man mit Focusing vom Kopf in den Bauch reist*  
Chantal Résibois-Kemp: *Focusing mit Kindern*  
Beate Ringwelski: *Lass´ deinen Körper Freiraum schaffen*  
Meggi Widmann: *Wenn ich nicht weiß, was ich will ... können Astrologie und Focusing helfen*

#### Heft 27

Thomas Fuchs: *Leibgedächtnis und Lebensgeschichte*  
Maren Langlotz-Weis: *Was ist Schematherapie?*  
Robert Lee: *Guard Dogs („Wachhunde“)*  
Frithjof Rodi: *Wilhelm Diltheys „Hermeneutik“ - eine Wurzel des Focusing*

#### Heft 28

Tony Hofmann: *Wie unser abstraktes Denken die Sinnhaftigkeit des Lebens verdeckt*  
Bettina Markones: *Mobbing in der Schule*  
Beate Ringwelski: *Was Hände wissen - Gesten beim Focusing*  
Katrin Tom-Wiltschko: *Geben Sie Ihrem Problem eine Chance!*  
Meggi Widmann: *Die Reise zum Mond*

#### Heft 29

Campbell Purton: *„Experiencing and the Creation of Meaning“ von Gene Gendlin*  
Gabriele Lindemann: *Gewaltfrei nach innen schauen - um echt statt nett zu sein*  
Evelyn Pross: *Thinking at the Edge (TAE) in der Praxis*  
Beatrix Teichmann-Wirth: *Wilhelm Reichs Erbe*  
Anke Zillesen: *Berührung braucht Raum*

#### Heft 30

Barbara Cronmeyer: *Hatha-Yoga und Focusing - ein unverträgliches Paar?*  
Sabine Fues: *Körper und Stimme.*  
Campbell Purton: *Ein kleiner Leitfaden durch „Ein Prozessmodell“ (PM) von Gene Gendlin*  
Donata Schoeller: *Einführung in „A Process Model“ von Gene Gendlin*

#### Heft 31

Kerstin Liesching: *„Gegen den Strom des Machbaren schwimmen ...“ Die Methode Schlawffhorst-Andersen und Focusing*  
Karl Lindenbauer: *Bin ich mein Körper oder habe ich einen Körper?*  
Bettina Markones: *Eine geschenkte Unterrichtsstunde*  
Andrea Scheffler: *Die Sehnsucht ganz zu werden. Oder: Was ist eigentlich spirituelle Therapie?*  
Antje Sommer-Schlögl: *Freiraum für Babys. Wie wir Focusing ins Prager-Eltern-Kind-Programm (PEKiP) übernehmen können*  
Katrin Tom-Wiltschko: *Schreibend spielen - spielend schreiben. Oder: Wie focusingorientiertes Schreiben Heimat und Reise zugleich sein kann*  
Johannes Wiltschko: *Wofür sind wir eigentlich Experten?*

#### Heft 32

Martin Beilich: *Klima der Heilung. Physiotherapie & Focusing*  
Sabine Fues: *Körperklangfocusing*  
Susanne Kersig: *Wir beginnen mit dem Ziel*  
Susan Metzger: *Achtsamer Umgang mit Abwehr und Widerstand*  
Antoinette Suter: *Focusing – Kinesiologie – klassische Massage*

#### Heft 33

Christina Burbaum: *Focusing und Poesie. Wie lassen sich heilsame Worte finden?*  
Guido Moser: *„Viele sein - er ist ein solcher gewesen, wie er jetzt einer ist.“*  
Robert Prentner: *„Thinking Beyond Patterns“. Über Eugene T. Gendlins Prozessphilosophie im Licht des kartesischen Rationalismus*  
Klaus Renn: *Erkennen von strukturgebundenem Erleben I*  
Johannes Wiltschko: *Der von innen gespürte Körper als Basis einer humanistischen Metapsychotherapie*

#### Heft 34

Eugene T. Gendlin: *Carl Rogers*  
Sabine Heumann: *Erspüren von Vergebung*  
Tony Hofmann: *Wie entsteht Neues in der Wissenschaft?*  
Bettina Markones: *Alte Spiele im neuen Gewand*

Yesche U. Regel, Anke Zillesen: *Tonglen – auf dem Atem reiten ... Ein Interview über die Verbindung von Tonglen und Focusing*

Klaus Renn: *Erkennen von strukturgebundenem Erleben II*

#### Heft 35

Beatrix Berthold: *Focusing und Leben im Rhythmus der Natur*  
Eugene T. Gendlin: *Aus meiner Zeit mit Carl Rogers*  
Gisela Höhl, Sigrid Patzak: *Mit Focusing traumaspezifisch begleiten*  
Karl Lindenbauer: *Kleines Gendlin-Wörterbuch*  
Bettina Markones: *Mias Monster*  
Margrit Mattern: *Anfängergeist. Freiraum beim Arbeiten in institutionellen Strukturen*  
Karin Schwind: *Creative Writing meets Focusing I: Freiraum schaffen*

#### Heft 36

Russell Delman: *Conversation With Gene*  
Martin Franken: *Hilflosigkeit zu einem guten Ort machen. Über die Begleitung von Menschen, die sich umbringen wollen*  
Tony Hofmann: *Über Eugene T. Gendlins „Ein Prozess-Modell“*  
Martin Gottstein: *Focusing im Märchen*  
Annette Kaiser: *Bewusstwerdung – wie macht man das?*  
Peter Lincoln: *A sweet unknowing: Cohen meets Gendlin*  
Katrin Schwerdfeger: *Focusing als Burnout-Prävention in der Lehrer/Innenausbildung?*

#### Heft 37

Kerstin Geppert: *Focusing in der Weiterbildung für tiergestützte Therapie und Pädagogik*  
Bettina Natho: *Clown und Focusing*  
Evelyn Pross: *Kreuzen oder eine persönliche Geschichte über »spring«*  
Karin Schwind: *Creative Writing meets Focusing II: Möglichkeitsräume entdecken*  
Meggi Widmann: *Über den Schmerz*

#### Heft 38

Martin Franken: *Geborgen wie ein Kind – gelassen wie ein Weiser I*  
Worte zum Tod von Martin Gottstein  
Johannes Wiltschko: *Konzepte allein sind nicht genug!*  
Arnika Rickert-Thies: *Berühren – Begreifen – Fühlen*  
Eugene T. Gendlin: *Einige Anmerkungen zum »Selbst«*  
Tony Hofmann: *Sinn-Bilder*

#### Heft 39

Camill Behrle: *Des einen Lust, des andern Last. Überlegungen zur Affektdynamik von Gruppen*  
Martin Franken: *Geborgen wie ein Kind – gelassen wie ein Weiser II: Wege zu einem friedvollen Sterben*  
Eugene T. Gendlin: *Fünf philosophische Punkte, die dabei helfen können, sich mit Kolleginnen und Kollegen zu unterhalten, die Focusing noch nicht kennen*  
Eugene T. Gendlin: *The first step of Focusing provides a superior stress-reduction method*  
David Rome: *Focusing – eine Praxis, die Meditation ergänzt*  
Katrin Tom-Wiltschko: *Focusing – aber bitte ideologiefrei!*

#### Heft 40

Diskussion: *Focusing – aber bitte ideologiefrei! (?)*  
Gisela Farenholtz: *Singing at the Edge*  
Eugene T. Gendlin: *Vielleicht das Wichtigste ...*  
Bettina Höss: *Focusing in der Suchtberatung*  
Karl Lindenbauer: *Die Focusing-Welt von morgen*  
Anja Loges: *Wachsen geschieht langsam und still*

#### **Heft 41**

Eugene T. Gendlin: *Erleben und das Kreieren von Bedeutung*

Eugene T. Gendlin: *Einige Bemerkungen*

Sabine Heumann: *Wie das Enneagramm unerwartet bei meinen - bislang - heftigsten Strukturgebundenheiten zum Vorschein kam*

Peter Lincoln: *Dort wo die Sprache aufhört – oder wieder anfängt. Das Nicht-Wissen als Verbindung zwischen Focusing und Spiritualität.*

Hans Neidhardt: *Achtsamkeit wirkt*

Katrin Onken: *„Für was sind Sie heute hier?“ Eine focusingorientierte Art der Auftragsklärung in Therapiegesprächen*

#### **Heft 42**

Eugene T. Gendlin: *Über „Echtsein“*

Florian Glaßner: *Wozu braucht ein Arzt Focusing und TAE ?*

Bettina Markones: *Wenn sich ein Schwein orange räkelt ... Einfache Gedichte als Ausdrucksmittel im Focusing*

Barbara Wiesinger: *Malen und Focusing*

Johannes Wiltschko: *Ist „der Prozess“ zielorientiert? Essentials aus der focusingtherapeutischen Praxis*

Andrea Ruth Zumbrägel: *Krankheit als Potential – mit Focusing Heilung ermöglichen, heilen lassen*

#### **Heft 43**

Interview mit Gene Gendlin über sein Jüdisch-Sein I

Eugene T. Gendlin: *Instruktion, dass Instruktionen nicht befolgt werden müssen*

Sabine Heumann: *Focusing allein - aber mit Fotokarten*

Hans Neidhardt: *Psychotherapie. Spiritualität. Politisches Engagement.*

Michael Schneider: *Mit Focusing in die Berge*

#### **Heft 44**

Richard Geiblinger: *Mein Leben prozesshaft leben als ein Werden*

Eugene T. Gendlin: *„Es ist alles vor der Bedeutung, es hinge von uns ab, geschützt.“ Teil II des Interviews mit Gene Gendlin über sein Jüdisch-Sein*

Kurt Lehmann: *Kampfkunst und Focusing*

Marc Schmuziger und Hans Neidhardt: *Focusing for Future*

Donata Schoeller: *Verkörperertes kritisches Denken*

Edith Sroka-Lasaj: *Focusing und Alexander-Technik*

Katrin Tom-Wiltschko: *Heckenrose*

#### **Focusing Journal spezial**

Marion N. Hendricks-Gendlin: *Focusing-orientierte Psychotherapie. Ein Überblick über Theorie, Forschung und Praxis, mit Beispielen aus psychotherapeutischen Sitzungen*

