



www.isabelgascon.com

Formación en Focusing: Nivel I
20 y 21 de junio de 2015, Madrid
F. Javier Romeo



FORMACIÓN EN FOCUSING: NIVEL I: "INICIACIÓN AL FOCUSING" Madrid, 20 y 21 de junio de 2015 F. Javier Romeo Biedma

EL FOCUSING, UNA INVITACIÓN A CONTACTAR CON NUESTRA SABIDURÍA CORPORAL

Nuestro cuerpo contiene la experiencia profunda de lo que nos pasa en cada momento de la vida. También sabe cómo nos pasa y cómo nos afecta aquello que nos acontece. Y también sabe qué necesitamos para estar mejor y para crecer como personas, y puede indicarnos el paso, pequeño o grande, que es preciso. En nuestro interior están la sabiduría y la capacidad de vivir de una manera más auténtica, más sana, más feliz.

El Focusing es un método que nos enseña a conectar con esa **inteligencia corporalmente sentida** y nos ayuda a conocer y acoger nuestros sentimientos y sensaciones con una nueva actitud de respeto y acogida que permiten el cambio y la integración sana de los conflictos. Es un proceso amable y respetuoso con la experiencia individual y el ritmo de cada persona.

El **aprendizaje** de Focusing es, sobre todo, **experiencial**. Con ejercicios individuales, en parejas y en grupo vamos adquiriendo las actitudes y las habilidades necesarias para escuchar nuestras sensaciones, dialogar con ellas y encontrar una nueva manera de relacionarnos con nuestra realidad. Aprendemos a escuchar, a desarrollar la empatía hacia nuestro mundo interior y hacia los demás, cultivando una **conexión más auténtica**.



NIVEL I: "INICIACIÓN AL FOCUSING"

En este taller de iniciación comenzamos a conocer qué es el Focusing, de dónde viene, cómo se hace y para qué sirve. Aprendemos a reconocer nuestras *sensaciones sentidas* en el cuerpo, a relacionarnos con ellas y a escucharlas con la actitud de respeto y acogida que permitirá el cambio. Aprendemos también a conocer y despejar los conflictos y las emociones que nos pueden invadir nuestro espacio interno, aumentando nuestra capacidad de comprender, sanar y potenciar nuestros propios recursos.

Este curso está dirigido tanto al público en general que quiera tener un primer contacto (en especial para personas en contacto con niños y niñas tanto en su vida profesional como en su vida personal), como para aquellas personas que quieran iniciar el proceso oficial de formación y certificación, permitiendo el acceso al Nivel II de la Diplomatura en Focusing.

Fechas: sábado 20 de junio de 2015, de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 y domingo 21 de junio de 2015, de 10:00 a 14:00.

Precio: 150 euros. Incluye materiales y una sesión individual de Focusing con F. Javier Romeo entre junio y septiembre de 2015 (fuera del horario del curso, por Skype para quienes vivan fuera de Madrid).

FORMADOR:

F. Javier Romeo Biedma

Psicólogo colegiado (M-23324) habilitado para el ejercicio de la Psicología General Sanitaria y experto en psicoterapia con niños, niñas y adolescentes. Trainer Certificado en Focusing y Psicoterapeuta con Orientación de Focusing Certificado por *The Focusing Institute*.



Página personal: www.conexionmasautentica.es.

Contacto para la inscripción, reserva de plaza y dudas:

Correo electrónico: javier@conexionmasautentica.es

Teléfono: 657 680 165



www.isabelgascon.com

Formación en Focusing: Nivel I
20 y 21 de junio de 2015, Madrid
F. Javier Romeo



CON LA RECOMENDACIÓN DE:

Isabel Gascón Juste

Coordinadora Nacional del Instituto Español de Focusing reconocida por el Instituto de Focusing de Nueva York. Trainer Certificado por el Instituto de Focusing de Nueva York. Psicoterapeuta individual.

Página personal: www.isabelgascon.com.
Contacto para dudas: igasconj@gmail.com.



LUGAR PARA LA FORMACIÓN

Lugar: Consulta de Psicología
C/ Ferraz, 43, 1º Exterior Izquierda
28008 Madrid

Metro: Argüelles (líneas 3, 4 y 6) a cinco minutos a pie.

Autobuses: 21 y 74 a dos minutos a pie. 1, 44, 133 y C2 a cinco minutos a pie.

