



www.isabelgascon.com

Formación en Focusing: Niveles I y II
Julio 2015, Madrid
Isabel Gascón y F. Javier Romeo



FORMACIÓN EN FOCUSING: NIVELES I Y II Madrid, julio de 2015

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**.





www.isabelgascon.com

Formación en Focusing: Niveles I y II
Julio 2015, Madrid
Isabel Gascón y F. Javier Romeo



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.

DATOS PRÁCTICOS

Fechas: **martes 14, miércoles 15 y jueves 16 de julio de 2015, de 17:00 a 21:00.**

Precio: **150 euros.** Incluye los materiales y **una sesión individual con F. Javier Romeo fuera del curso (entre julio y septiembre de 2015).**

Si se realiza este nivel junto con el nivel II del 21, 22 y 23 de julio de 2015 el precio total de **ambos cursos** es de **260 euros.**

NOVEDAD: Descuento del **50%** para personas que ya hayan realizado el Nivel I y quieran repetirlo.

NIVEL II: "PRÁCTICA DE LOS SEIS PASOS"

En el Nivel II se profundiza en el auto-focusing, poniendo la atención en los seis pasos del proceso y en la técnica del enfoque corporal. También aprenderemos a hacer Focusing por escrito como un recurso muy valioso que potencia la creatividad, la autoexploración y el autoconocimiento. Y por parejas, ponemos en práctica las actitudes y la metodología necesarias para acompañar a la otra persona y facilitarle su proceso interno.

DATOS PRÁCTICOS

Fechas: **martes 21, miércoles 22 y jueves 23 de julio de 2015, de 17:00 a 21:00.**

Precio: **140 euros.** Incluye materiales.

Si se realiza este nivel junto con el nivel I del 14, 15 y 16 de julio de 2015 el precio total de **ambos cursos** es de **260 euros.**

NOVEDAD: Descuento del **50%** para personas que ya hayan realizado el Nivel I y quieran repetirlo.

FORMADORES

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, miembro de la FEAP.

Página personal: www.isabelgascon.com.

Contacto para la inscripción y dudas: igasconj@gmail.com.



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.

Correo electrónico: javier@conexionmasautentica.es

Teléfono: 657 680 165



INSCRIPCIÓN

DATOS PRÁCTICOS

Contactar con **F. Javier Romeo** para la inscripción, reserva de plaza y dudas en el correo electrónico javier@conexionmasautentica.es o en el teléfono 657 680 165.

Pago por transferencia a nombre de F. Javier Romeo Biedma en Triodos Bank en la cuenta IBAN ES79 1491 0001 2921 4646 5022, indicando en el concepto "FOCUSING 1", "FOCUSING 2" o "FOCUSING 1 Y 2" y el nombre y apellidos, según sea la situación. Después de realizar el pago es conveniente enviar un comprobante a javier@conexionmasautentica.es.

Inscripción hasta las 21:00 del 10 de julio de 2015. La impartición de cada curso está sujeta a que haya suficientes participantes en cada uno.

LUGAR PARA LAS FORMACIONES

Madrid (lugar con acceso en metro y autobús y aparcamientos públicos). Lugar pendiente de determinar, según el tamaño de cada grupo.