

FORMACIÓN EN FOCUSING: NIVELES I Y II Madrid, septiembre y octubre de 2015

*¿Te encuentras con bloqueos en algún nivel
y te gustaría descubrir una forma de transformarlos?*

*¿Quieres lograr una relación más amable
con todas las cosas que ocurren en tu interior?*

*¿Quieres encontrar tu propia
creatividad en tu vida personal
y profesional?*

Entonces puede interesarte conocer el FOCUSING...

Escuchar la
inteligencia corporal

Actitud de
amabilidad y
curiosidad

FOCUSING

Toma de
consciencia de un
saber implícito

Pasos concretos,
hacia un modo de
ser más auténtico

EL FOCUSING, UN PROCESO QUE NOS AYUDA A CONECTAR CON NUESTRA INTELIGENCIA CORPORAL

El **Focusing** es un proceso desarrollado por **Eugene T. Gendlin** con el que aprendemos a escuchar nuestra **inteligencia corporal**. Nos ayuda a desarrollar una **actitud de amabilidad y curiosidad** hacia todas nuestras vivencias internas (sensaciones, sentimientos agradables y desagradables...), de manera que podamos **tomar consciencia** de todo el **saber implícito** y, a partir de él, **dar pasos concretos hacia un modo de ser que sea más auténtico**.

Toda mala sensación
es energía potencial
hacia un modo mejor de estar
si le concedes un espacio
para que se mueva
en la dirección de su mejoría.

Eugene T. Gendlin

Es un proceso que tiene **utilidad**, entre otras posibilidades, para:

- **Resolver conflictos internos** a nivel personal.
- Liberar nuestra **creatividad**.
- Acompañar los procesos de crecimiento emocional de **niños, niñas y adolescentes** en la familia, en entornos educativos y sociales.
- Acompañar procesos personales desde la **relación de ayuda profesional** (psicoterapia, intervención psicosocial...).

El **aprendizaje** del Focusing es, por su propia naturaleza, **experiencial**. Los ejercicios individuales, en parejas y en grupo ayudan a desarrollar las actitudes y competencias básicas necesarias para escuchar nuestras sensaciones y para crear una **conexión más auténtica** con nuestro mundo interior y con otras personas.



Estas formaciones están reconocidas por el **Instituto Español de Focusing** para la obtención de la **Diplomatura en Focusing**, que conduce a la Certificación en Focusing por *The Focusing Institute* (el Instituto de Focusing de Nueva York).

NIVEL I: "INICIACIÓN AL FOCUSING"

El Nivel I sirve para **descubrir *experiencialmente* cómo se vive el proceso de Focusing *desde dentro***. A nivel teórico, exploraremos sus orígenes, sus conceptos clave, los principios del proceso y sus posibles aplicaciones. A nivel práctico, haremos ejercicios para reconocer nuestras *sensaciones sentidas* y para relacionarnos con ellas desde una actitud de amabilidad y acogida, de modo que nuestra inteligencia profunda nos muestre su sabiduría. Para ello también practicaremos cómo preparar el cuerpo para el proceso y cómo despejar un espacio interior adecuado para que el proceso interior se despliegue.

DATOS PRÁCTICOS

Fechas: **sábado 26 de septiembre de 2015, de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 y domingo 27 de septiembre de 2015, de 10:00 a 14:00.**

Precio: **150 euros**. Incluye los materiales y **una sesión individual de Focusing con F. Javier Romeo** entre septiembre y noviembre de 2015 (fuera de horario de curso, por Skype para quienes vivan fuera de Madrid). Si se realiza este nivel junto con el Nivel II del 24 y 25 de octubre de 2015 el precio total de **ambos cursos** es de **260 euros**.

NOVEDAD: Descuento del **25%** para personas que acrediten su situación de **estudiante, desempleo o jubilación**. Descuento del **50%** para **personas que ya hayan realizado el Nivel I** y quieran repetirlo. Estos dos descuentos no pueden combinarse entre sí.

NIVEL II: "PRÁCTICA DE LOS SEIS PASOS"

El Nivel II proporciona las herramientas básicas para empezar a **acompañar procesos de Focusing**. Practicaremos cómo acompañar nuestros propios procesos interiores a través del autofocusing, en especial del Focusing por escrito. Y también experimentaremos por parejas cómo acompañar a otra persona, siguiendo tanto los pasos de la metodología como las actitudes básicas de escucha y de presencia.

DATOS PRÁCTICOS

Fechas: **sábado 24 de octubre de 2015, de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 y domingo 25 de octubre de 2015, de 10:00 a 14:00.**

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

Si se realiza este nivel junto con el nivel I del 26 y 27 de septiembre de 2015 el precio total de **ambos cursos** es de **260 euros**.

NOVEDAD: Descuento del **25%** para personas que acrediten su situación de **estudiante, desempleo o jubilación**. Descuento del **50%** para **personas que ya hayan realizado el Nivel II** y quieran repetirlo. Estos dos descuentos no pueden combinarse entre sí.

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* y reconocido por el Instituto Español de Focusing.



Página personal: www.conexionmasautentica.es.

Contacto para la inscripción, reserva de plaza y dudas:

Correo electrónico: javier@conexionmasautentica.es

Teléfono: 657 680 165

INSCRIPCIÓN

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.

DATOS PRÁCTICOS

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 – [Nombre y apellidos]", "FOCUSING 2 – [Nombre y apellidos]" o "FOCUSING 1 Y 2 – [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 jueves 24 de septiembre de 2015 para el Nivel I y hasta las 21:00 del martes 20 de octubre de 2015 para el Nivel II. La impartición de cada curso está sujeta a que haya suficientes participantes en cada uno.

LUGAR PARA LAS FORMACIONES

DATOS PRÁCTICOS

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.

