

## *Trois jours pour approfondir le Focusing*

**Dates : 3, 4, 5, avril 2018**

**Horaires : 9h30h - 17h**

**Lieu : ENS Lyon, 15 parvis Renée Descartes 69007 Lyon – Métro ou Tram Debourg**

**Tarif : 300 € pour les trois jours**

La formation portera sur la démarche du focusing qui a été initiée par le psychologue américain Eugene GENDLIN (1926-2017) proche collaborateur de Carl ROGERS (1902-1987), démarche qui s'inscrit dans le courant de la psychologie humaniste expérientielle.

Au programme :

- Révision du processus focusing (notion de sens corporel, les différentes étapes de la démarche, processus d'émergence)
- Approfondissement des points clé et des fonctionnements mentaux mis en œuvre pour la pratique – l'holomouvement, entre l'implicite et l'explicite.
- Aide à l'accompagnement du processus dans des binômes
- Apprendre à dégager son espace pour avoir le champ libre et accéder au mieux-être
- Renforcer ses capacités à agir avec justesse et perspicacité, à trouver le mot adéquat et pertinent dans son propre positionnement et son propre énoncé.
- Développer l'accès à l'intuition et à la créativité en prise directe avec la référence interne.

*Ces trois jours d'approfondissement pourront intégrer des personnes qui souhaitent s'initier au focusing car nous commencerons par une révision et la mise en place des points clés de la démarche focusing (notion de sens corporel, les étapes du processus, les attitudes facilitatrices du processus (accueil, réceptivité, non-jugement, pleine conscience...)).*

*Nous essayerons ensemble de répondre aussi à vos divers questionnements en fonction de ce qui surgit dans le vivant de l'échange.*

### **Journées animées par Bernadette Lamboy**

Docteur en psychologie, formatrice à l'Approche Centrée sur la Personne (Rogers) et au focusing (Gendlin). Auteure de plusieurs ouvrages sur le sujet : *Trouver les bonnes solutions par le focusing* (Le Souffle d'Or 2009) *Devenir qui je suis* (DDB, 2003)

**Tél. : 06 80 01 53 76**

**[lamboybg@hotmail.com](mailto:lamboybg@hotmail.com)**

**[www.ifef.org](http://www.ifef.org)**