



**ifef** INSTITUT  
DE FOCUSING  
D'EUROPE  
FRANCOPHONE

Psychologie Humaniste Expérientielle

# 22<sup>ème</sup> Séminaire d'été **FOCUSING**

du 4 au 8 juillet 2018  
Jardins Intérieurs – Ardèche – France

## Dialogues et rencontres : Focusing et traditions orientales

avec

Bernadette et Gérard LAMBOY  
et l'équipe de formation de l'IFEF :  
Michel Mercuriali, Nga Bui, Luc Giraud,  
Jean-Michel Gerbais, Christine Grosçarret

« Le focusing est une nouvelle façon de comprendre  
notre expérience intérieure et notre nature profonde,  
un nouveau modèle fondamental de vie » E. Gendlin

Le focusing constitue un procédé précis, efficace et direct qui nous donne accès à la perception globale, éprouvée dans le corps - on parlera de « sens corporel » - d'un problème, d'une situation, d'un événement. Ce « sens corporel » toujours singulier, d'abord vague et flou, se précise par l'attention qu'on lui porte, puis s'explicité à travers une série d'étapes expérientielles spécifiques définies par Eugene GENDLIN\*. Toute l'information qu'il contient à propos de la situation va nous être révélé et nous apporter les réponses que nous recherchons. Cette révélation qui émerge de notre for intérieur et s'impose, nous établit dans l'évidence du sens et le sentiment vivant d'être soi. Elle s'accompagne d'un mieux-être libérateur immédiat.

Nous allons rarement au cœur du problème entier. Notre quête s'arrête aux fruits de l'analyse et de nos déductions logiques, à nos sensations et émotions partielles. Elle demeure dans le champ du connu et nous laisse ainsi à la périphérie de nous-mêmes, avec le sentiment frustrant de l'incomplétude.

Procéder au focusing, ce n'est pas travailler sur soi. C'est d'abord cultiver les conditions favorables qui permettent d'établir une relation amicale avec soi-même, gage d'un changement bienfaisant. C'est aussi ouvrir la voie à notre intuition profonde : le focusing nous donne des repères corporels fiables et précis pour pouvoir l'écouter.

Mieux qu'une nouvelle méthode de connaissance de soi, le focusing constitue un merveilleux outil de réconciliation avec soi-même, avec les forces vitales et créatrices qui nous animent et nous font être.

\*Collaborateur de C. ROGERS, auteur de :

« *Le Focusing : au centre de soi* », Editions Pocket, Paris 2010

« *Focusing Oriented Psychotherapy* », The Guilford Press 1996

A lire aussi, de B. LAMBOY :

« *Devenir qui je suis* », DDB, Paris 2003

« *Trouver les bonnes solutions par le focusing* », Le Souffle d'Or, Gap 2009

« Le focusing est le plus important développement issu de la tradition Centrée sur la Personne depuis les propres travaux de Rogers. »

Niel Friedman

# Programme

## Les ateliers thématiques

### *« Dialogues et rencontres : Focusing et traditions orientales »*

Comment certaines pratiques issues des traditions orientales peuvent-elles croiser et enrichir le processus focusing ? Nous verrons comment les pratiques de Pleine Conscience, de Chi Gong, de Tai Ji, de Présence en Mouvement, du Haïku, du Buto, du Sumi-e et même des jeux comme le tarot zen ou le jeu du Tao, peuvent nous propulser au coeur de notre être profond. Nous explorerons nos découvertes à l'aide de la démarche Focusing.

## Les ateliers d'initiation à la pratique du focusing

Programme spécifique découverte sur 4 jours : les étapes du processus de focusing, « le sens corporel » et la dimension expérientielle, « le mouvement corporel » et le processus d'émergence, l'écoute et le repérage interne, etc...

## Les ateliers de perfectionnement

Ces ateliers permettent, à l'aide de différents supports comme la terre, le dessin, l'écriture, le mouvement, d'expérimenter diverses manières d'utiliser et d'appliquer le focusing dans différents secteurs de la vie.

## Les petits groupes

Quotidiennement, des lieux d'échange, d'écoute et de partage pour chacun sur le déroulement du séminaire. À la demande, les personnes peuvent être accompagnées en individuel.

## Informations pratiques

DATES : du **mer. 4 juillet** (15h) au **dim. 8 juillet 2018** (après repas de midi)

LIEU : **Les Jardins Intérieurs** - Quartier le buis - 07200 - St Privat  
A 3 kms d'Aubenas (voir plan au dos), hébergement confortable dans un parc arboré et fleuri d'un hectare, terrasse, piscine.

COÛT : Formation : **380 €** (si difficultés, nous consulter)

Formation permanente : **550 €** N° de déclaration : 82.99.01066.73

Cotisation IFEF : **30 €** ou **40 €** (pour membre qualifié)

## Les intervenants

**Bernadette LAMBOY** - Directrice de l'IFEF

Docteur en Psychologie – Psychothérapeute et Formatrice ACP-Focusing.  
Coordinatrice France pour l'Institut International de Focusing (New York).

**Gérard LAMBOY** – Directeur de la formation de l'IFEF

Docteur en Psychologie – Psychothérapeute et Formatrice ACP-Focusing.

Et aussi toute l'équipe de formation de l'IFEF :

**Michel Mercuriali, Nga Bui, Luc Giraud, Jean-Michel Gerbais, Christine Groscarret...** et beaucoup d'autres praticiens.

# Renseignements et inscriptions

La réservation et le paiement se font **séparément**  
pour le séminaire et pour l'hébergement

Inscriptions à retourner **avant le 20 juin 2018**

## Séminaire

Inscription : bulletin ci-joint  
Renseignements : +33 (0)6 80 01 53 76  
Formation permanente : +33 (0)6 82 01 85 99  
[www.ifef.org](http://www.ifef.org)

## Hébergement

Inscription : bulletin ci-joint  
Renseignements : +33 (0)4 75 87 86 00  
Réservation : +33 (0)9 54 59 57 17  
[www.accueil-groupe.com](http://www.accueil-groupe.com)

## Le lieu

Les Jardins intérieurs  
Quartier le buis – 07200 St Privat – tél +33 (0)4 75 87 86 00  
Coordonnées G.P.S : L.N.44°37'31" I. E.4° 24' 38"



**IFEF France**

1880 Chemin des Monts-dessus - 73000 Bassens - France - tél +33 (0)6 80 01 53 76

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

## Bulletin d'inscription

### **22ème séminaire d'été de Focusing du 4 au 8 juillet 2018**

A retourner **avant le 20 juin 2018** à :

**IFEF**

1880 Chemin des Monts-dessus  
73000 BASSENS - France

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

Profession : .....

.....

Tél. : .....

Email : .....

Je m'inscris **au 22ème séminaire d'été de Focusing  
Du 4 au 8 juillet 2018**

Je verse un acompte de **100 € à l'ordre de IFEF**

Date : ..... Signature : .....

Renseignements : +33 (0)6 80 01 53 76  
Renseignements formation permanente : +33 (0)6 82 01 85 99  
(christine.groscarret@orange.fr)



# RÉSERVATION D'HÉBERGEMENT

Du mercredi 4 (13h) au dimanche 8 juillet 2018 (15h)

## 22<sup>e</sup> SÉMINAIRE DE FOCUSING - ÉTÉ 2018

**Bienvenue aux Jardins Intérieurs en Ardèche du sud**  
à visiter sur : [www.accueil-groupe.com](http://www.accueil-groupe.com)

### TARIF D'HÉBERGEMENT EN PENSION COMPLÈTE + Collation aux pauses

Mise à disposition des salles équipées - Piscine sur place, en accès libre - W-C et douches à l'intérieur des chambres

CHOIX HÉBERGEMENT	TARIF Taxe de séjour incluse	FRAIS DOSSIER	A RÉGLER
<b>Chambre 2 personnes</b>	330€ /pers	15€ au lieu de 29€	<b>345€ / pers</b>
<b>Chambre couple</b>	323€ / pers	15€ au lieu de 29€	<b>338€ / pers</b>
<b>Chambre 3 personnes</b>	290€ / pers	15€ au lieu de 29€	<b>305€ / pers</b>
<b>Chambre 4 personnes</b>	273€ / pers	15€ au lieu de 29€	<b>288€ / pers</b>
<b>Camping-Caravaning avec votre matériel</b>	228€ / pers	15€ au lieu de 29€	<b>243€ / pers</b>
<b>Tout sauf nuitée</b>	214€ / pers	15€ au lieu de 29€	<b>229€ / pers</b>
<b>Chambre individuelle</b>	370€	15€ au lieu de 29€	<b>385€</b>

*Frais de dossier valable 1 AN par personne ou par famille (pour frais de dossier, inscription, confirmation)*

*Sous réserve de nos disponibilités à réception de votre réservation.*

*Le tarif appliqué correspondra au nombre de personnes occupant la chambre*

**Règlement possible par CB en téléphonant au 09 70 40 82 15 ou par virement :**

**Notre RIB : Banque / LCL**

**IBAN : FR66 3000 2081 4000 0007 1249 M71**

**BIC : CRLYFRPP**

**Réservation garantie selon l'ordre d'arrivée.  
AUCUN REGLEMENT SUR PLACE N'EST POSSIBLE**

#### **EN CAS DE DESISTEMENT :**

Jusqu'à J-30 : nous ne conservons que 15 €

A partir de J-30 : nous conservons 50 % du montant total de l'hébergement

A partir de J-72 h la totalité des sommes est due.

Des informations pratiques détaillées vous seront communiquées avec votre confirmation

**BULLETIN + CHEQUE DU MONTANT TOTAL** - chèque encaissé seulement à partir du 24 juin 2018  
à renvoyer à notre centrale de réservation : Existence - Les Jardins Intérieurs - BP 60019 - 17132 Meschers

**Séminaire FOCUSING du mercredi 4 (13h) au dimanche 8 juillet 2018 (15h)**

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code Postal : ..... Ville : ..... Téléphone : .....

E mail : ..... Hébergement choisi : .....

*(Merci de nous indiquer votre adresse mail bien clairement pour qu'il n'y ait pas d'erreur possible)*