



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

Psychologie Humaniste Expérientielle

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

du 3 au 7 juillet 2019  
Jardins Intérieurs – Ardèche – France

## Le langage de l'intuition : à l'écoute de notre 6<sup>ème</sup> sens

avec  
Bernadette et Gérard LAMBOY,  
Michel Mercuriali  
et de nombreux praticiens Focusing

« 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

### *« Le langage de l'intuition : à l'écoute de notre 6ème sens »*

Comment nous connecter à notre intuition ? Comment l'approcher et entendre ce qu'elle nous souffle ? Nous pressentons tous qu'il y a quelque chose au-delà de notre approche rationnelle et analytique. Le Focusing est le langage, la grammaire de l'intuition. C'est une manière de nous mettre à l'écoute de notre 6ème sens, ce que Gendlin appelle le « sens corporel ». Le sens corporel, c'est le ressenti global que nous éprouvons dans toute situation, cette impression difficilement définissable mais bien présente. Il va nous permettre d'entendre notre voix intérieure et de saisir son message pour nous mettre sur notre propre voie et nous donner le sentiment vivant d'être au cœur notre existence.

## 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. 3 juillet** (15h) au **dim. 7 juillet 2019** (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 €**

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 de nombreux autres praticiens Focusing : **Michel Mercuriali, Jean-**

**Michel Gerbais, Christine Grosçarret, Carolina Ades, Véronique Gelin, Ana**

**Zunic...**

# 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

### **23ème séminaire d'été de Focusing du 3 au 7 juillet 2019**

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 23ème séminaire d'été de Focusing  
Du 3 au 7 juillet 2019**

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 ÉTÉ 2019

## 23<sup>ème</sup> SÉMINAIRE DE FOCUSING

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 par personne pour la durée du séjour

Arrivée le mercredi 3 juillet (13h) - Départ le dimanche 7 juillet (14h)

Collation aux pauses + Mise à disposition des salles équipées + Piscine chauffée - W-C et douches à l'intérieur des chambres

4 pers / chambre : 285 € + 15€ (frais de dossier) = A régler : 300€ /pers

3 pers / chambre : 295 € + 15€ (frais de dossier) = A régler : 310€ /pers

2 pers / chambre : 340 € + 15€ (frais de dossier) = A régler : 355€ /pers

chambre couple : 330 € + 15€ (frais de dossier) = A régler : 345€ /pers

chambre individuelle : 385 € + 15€ (frais de dossier) = A régler : 400€ /pers

Camping avec votre matériel : 240 € + 15€ (frais de dossier) = A régler : 255€ /pers

Camping avec location de tente montée + matelas de chambre + coussin : 265 € + 15€ = A régler : 280€ /pers

Caravaning avec votre caravane : 250 € + 15€ (frais de dossier) = A régler : 265€ /pers

Tout sauf nuitée : 220 € + 15€ (frais de dossier) = A régler : 235€ /pers

Supplément du déjeuner du mercredi 3 juillet 13h : + 15€

Nuit + petit déjeuner supplémentaire 37 €

*Sous réserve de nos disponibilités à réception de votre réservation.  
Le tarif appliqué correspondra au nombre de personnes occupant la chambre*

### Réservation garantie selon l'ordre d'arrivée

Des informations pratiques détaillées vous seront communiquées avec votre confirmation

**Virement** : Notre RIB : Banque LCL

IBAN : FR86 3000 2081 4000 0007 1249 M71 -- BIC : CRLYFRPP

Merci de nous renvoyer par e-mail le coupon ci-dessous + le justificatif de virement

**CB** : Envoyez le coupon ci-dessous par e-mail avant de téléphoner au 09 70 40 82 15

**Chèque** : envoyez le coupon ci-dessous + chèque à : les Jardins Intérieurs - Quartier du Buis - 07200 Saint Privat

Ce chèque ne sera encaissé qu'à partir du 15 juin 2019



**CHEQUES VACANCES ACCEPTES :**

Vous devez impérativement y mettre vos nom & adresse et les libeller à l'ordre d'Existence.

Nous les faire parvenir en Recommandé avec accusé de réception à l'adresse ci-dessous

**AUCUN REGLEMENT SUR PLACE N'EST POSSIBLE**

**COUPON + CHEQUE encaissé seulement à partir du 15 juin 2019 à :**

Les Jardins Intérieurs - Quartier du Buis - 07200 - Saint Privat

hebergementjardins@gmail.com - Tél. : au 09 70 40 82 15

**FOCUSING ETE 2019 - du 03 juillet (13h) au 07 juillet (14h)**

Nom : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

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

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

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