



FOCUSING IV

Prof. JOSEP SANTACREU



El focusing és una eina d'escolta corporal que ajuda a escoltar la saviesa interior, la veu interior, la teva veu pròpia més original i creativa.

En qualsevol situació, el teu cos t'està donant informació. Molts de nosaltres no sabem com accedir a aquesta informació perquè no té la mateixa lògica que la nostra ment cognitiva.

Dins nostre tenim més saviesa coneixements del que en som conscients. El focusing ens ajuda a accedir-hi.

CURS VÀLID PER A LA FORMACIÓ OFICIAL DE FOCUSING.

- CONTINGUT:** Felt-sense, emoció i sentiment: aspectes diferencials / El canvi corporal / La sensació de fons o backgroundfeeling / Focusing per al reconeixement d'emocions. El canvi emocional / Els processos d'autofocusing.
- REQUISITS:** Adreçat a totes les persones que han cursat els nivells I,II i III de Focusing.
- IMPARTIRÀ EL CURS:** Josep SANTACREU / Psicòleg. Psicoterapeuta. Trainer en Focusing pel *The International Focusing Institute*. Professor col·laborador a la Universitat de Vic.
- DATES:** De **Dissabte 02/VI** (10:00h) a **Diumenge 03/VI** (13:00h)
- PREU:** Curs:.....150€
Hostatgeria:40€ [de Dissabte a dinar fins Diumenge a esmorzar]
- NOTA IMPORTANT:** La inscripció al curs implica la reserva de la hostatgeria (habitacions compartides). En cas contrari, consulteu-ho. Si voleu quedar-vos a dinar el diumenge o allargar la vostra estada a l'hostatgeria del Monestir, feu la vostra reserva escrivint directament a: hostatgeria@monestirsantbenetmontserrat.com