



ifef INSTITUT
DE FOCUSING
D'EUROPE
FRANCOPHONE

Psychologie Humaniste Expérientielle

20^{ème} Séminaire d'été **FOCUSING**

du 5 au 10 juillet 2016
Jardins Intérieurs – Ardèche – France

Spécial 20 ans !
Une journée supplémentaire offerte
De nouveaux intervenants

Bernadette et Gérard LAMBOY
Macarena LOPEZ (Espagne), René VEUGELERS
(Hollande), Pascal HASTIR et Coralie RAHM (France)

« 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

Les intervenants de ce séminaire spécial 20 ans

Focusing avec les enfants

Travailler et côtoyer les enfants, quel que soit leur âge, signifie contacter et faire l'expérience de notre propre vitalité intérieure, alors que nous nous connectons à l'histoire et aux besoins profonds de ces enfants. C'est un échange organique dans lequel le savoir-faire et les attitudes Focusing sont des éléments clé. Nous travaillerons à partir du corps, du mouvement, des symboles, du matériau artistique et du processus expérientiel. Nous approcherons et exprimerons notre dimension ludique, notre créativité et notre inventivité, tout en y incluant (plutôt qu'en repoussant) nos facettes timides (non verbales) qui ne sont pas encore prêtes à montrer leur visage joueur. Vous apprendrez à transférer ces expériences dans votre vie de (grand) parent, d'enseignant ou de thérapeute.

Du mercredi au samedi, tous les après-midi

René VEUGELERS (Hollande)

Focuscoordinator & trainer en beeldend therapeut

www.ftcz.nl



René Veuglers est Coordinateur Focusing en Hollande, spécialiste du Focusing avec les enfants et du non verbal. Il enseigne le Focusing avec les enfants depuis plus de 12 ans auprès des parents, thérapeutes, enseignants, et en institutions. Son travail et son expérience d'infirmier psychiatrique et d'art thérapeute auprès des enfants se caractérise par une grande richesse d'éléments créatifs qui soutiennent le déploiement naturel du processus créatif. René vit et travaille au Pays-Bas et enseigne également à l'étranger. C'est un enseignant inspirant, dont les ateliers sont un creuset d'expériences, de subtilité et de joie.

Focusing en mouvement : vers une présence corporelle incarnée

Un des défis les plus importants pour les écoutants et les focuseurs consiste, que ce soit dans un processus de Focusing ou dans un contexte thérapeutique, à communiquer de manière non-verbale. Pour être dans une relation authentiques à l'autre, nous avons besoin « d'expérier » notre flux vivant intérieur et de trouver une manière authentique de nous exprimer à partir de notre corps et avec lui.

Réveillons les sensations de notre corps en mouvement et éveillons nous à notre danse intérieure ! Notre présence sera plus centrée et s'amplifiera, rendant visible la personne que nous sommes vraiment dans une présence partagée...

Du mercredi au samedi, tous les après-midi

Macarena LOPEZ (Espagne)

Thérapeute, enseignante focusing



« J'ai rencontré le focusing pour la première fois à la fin de ma certification de psychothérapeute, comme élément de ma formation. Parallèlement j'ai toujours aimé l'expression corporelle et la danse spontanée, de sorte que depuis le début j'ai cherché à intégrer le Focusing en mouvement comme moyen naturel d'exprimer notre flux corporel interne vivant. »

Macarena est psychothérapeute, spécialisée en psychologie clinique et formatrice en Focusing. Sa formation en langage corporel s'appuie sur la bioénergétique, l'expression corporelle, les 5 rythmes, et la méthode Grotowski. Elle exerce comme thérapeute, enseignante à l'Université Pontificale de Comillas, anime des ateliers de développement personnel et codirige la Section Psychothérapies Corporelles et Emotionnelles de la FEAP (Spanish Federation of Associations of Psychotherapies, membre de l'EAP).

Expérimentez l'auto accompagnement en Pleine Conscience (Inner relationship Focusing)

L'auto accompagnement est un processus en 4 étapes qui permet, grâce au langage de présence, de nous désidentifier de des parties réactives en nous et de les accueillir à partir de la présence que nous sommes.

Mercredi après-midi

Les relations, des révélateurs puissants

Notre relation aux autres peut nous aider à prendre conscience des parties réactives en nous... L'auto accompagnement en Pleine Conscience (Inner relationship Focusing) permet d'identifier les obstacles à l'harmonie, et de retrouver notre pouvoir en relation avec nous-mêmes et les autres.

Jeudi après-midi

Au-delà de la Colère... l'accueillir et la transformer, grâce à l'auto accompagnement en Pleine Conscience

Certains ont appris à ne surtout pas la montrer, d'autres l'utilisent pour prendre leur place... Consciemment ou pas, elle s'exprime irrémédiablement chez chacun, à sa manière. La colère génère une formidable énergie. Mal utilisée, elle peut entraîner un état dépressif... ou être dévastatrice... pour soi-même et les autres ! Une fois accueillie, cette énergie peut être mise au service de la vie.

Vendredi et samedi après-midi (inscription pour les deux jours)

Pascal Hastir (France)

www.pascalhastir.com



Alors qu'il était, depuis son enfance, régulièrement aux prises avec l'anxiété et le stress, Pascal a cherché à comprendre ce qui était à l'origine de la souffrance en lui et surtout comment il pourrait trouver enfin la sérénité à laquelle il aspirait tant. Après plus de 20 ans de recherches infructueuses, il vécut, grâce aux enseignements de Eckhart Tolle (Le pouvoir du moment présent), un point de bascule majeur qui bouleversa complètement sa vie, et lui fit réaliser que ce qu'il cherchait avait toujours été là... plus rien à chercher en dehors d'ici et maintenant. Il s'agissait de savoir concrètement où regarder. Pascal est formé à l'Inner Relationship Focusing et à la communication consciente (CNV). Il a développé une série de stages inspirés de son expérience au quotidien des enseignements et travaux d'Eckhart Tolle, Byron Katie, Marshal Rosenberg, Wayne Dyer et Jon Kabat-Zinn.

Il partage aujourd'hui au Québec et dans plusieurs pays d'Europe le processus d'Auto Accompagnement en Pleine Conscience qu'il développe depuis plus de 10 ans et qui a déjà permis à des milliers de personnes de vivre en pleine conscience d'eux-mêmes et des autres au quotidien.

Coralie RAHM (France)

www.coralie-rahl.com



Coralie Rahm est spécialisée dans l'accompagnement de personnes en transitions (professionnelles et de vie), en burnout. Formée à la communication consciente (CNV) et coach en développement personnel, elle est aussi enseignante en Qi Gong. Ce qui l'anime c'est d'explorer et allier toutes nos formes d'intelligence pour les mettre au service de la vie...

Après avoir traversé différentes épreuves de vie (dépression, séparations, burnout), elle sait combien reconnaître et accueillir les cycles de vie que nous traversons permet de se rapprocher de soi et d'avancer plus en conscience et en confiance dans la vie...

Elle a découvert il y a quelques années la Pleine Conscience du moment présent, processus qu'elle a intégré, aussi bien dans son approche d'accompagnement que dans sa vie privée. Ce processus a définitivement modifié sa façon de vivre ses émotions, ses douleurs...

Et avec plus de 30 ans d'enseignement ACP-focusing



Bernadette LAMBOY

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

Directrice de l'IFEFF



Gérard LAMBOY

Docteur en Psychologie - Psychothérapeute et Formateur ACP-Focusing.

Directeur de la formation de l'IFEFF

Programme

Ateliers thématiques spécial 20 ans

- Focusing avec les enfants
René VEUGELERS (Hollande)
- Focusing en mouvement : vers une présence corporelle incarnée
Macarena LOPEZ (Espagne)
- Focusing : auto-accompagnement en pleine conscience
Pascal HASTIR et Coralie RAHM (France)

Ateliers d'initiation à la pratique du focusing

Programme spécifique découverte sur 5 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...

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.

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 **mardi 5 juillet** (15h) au **dimanche 10 juillet 2016** (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 : **20 €** ou **40 €** (pour membre qualifié)

Renseignements et inscriptions

*La réservation et le paiement se font séparément
pour le séminaire et pour l'hébergement
Date limite d'inscription : 20 juin 2016*

Séminaire

Inscription : fiche d'inscription ci-jointe
Renseignements :
Tél : +33 (0)6 80 01 53 76
www.ifef.org

Hébergement

Inscription : fiche d'inscription ci-jointe
Renseignements : +33 (0)4 75 87 86 00
Réservation : +33 (0)9 54 59 57 17
www.accueil-groupe.com

LE LIEU :

Les Jardins intérieurs
Quartier le buis – 07200 St Privat
+33 (0)4 75 87 86 00

Coordonnées G.P.S : L.N.44°37'31" I. E.4° 24' 38"



Inscription à retourner **avant le 20 juin 2016** à :

IFEF France

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

www.ifef.org



Bulletin d'inscription

20ème séminaire d'été de Focusing du 5 au 10 juillet 2016

A retourner **avant le 20 juin 2016** à :

IFEF

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

Nom :

Prénom :

Adresse :

.....

.....

Tél. :

Email :

Je m'inscris **au 20ème séminaire d'été de Focusing
Du 5 au 10 juillet 2016**

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

Date :

Signature :

.....

.....



RÉSERVATION D'HÉBERGEMENT

Du mardi 5 (14h) au dimanche 10 juillet 2016 (15h)

20^è SÉMINAIRE DE FOCUSING - ÉTÉ 2016

Bienvenue aux *Jardins Intérieurs* en Ardèche du sud

à visiter sur : 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 HEBERGEMENT	TARIF Taxe de séjour incluse	FRAIS DOSSIER	A REGLER
Chambre 2 personnes	398€ /pers	15€ au lieu de 29€	413€ / pers
Chambre couple	385€ / pers	15€ au lieu de 29€	400€ / pers
Chambre 3 personnes	344€ / pers	15€ au lieu de 29€	359€ / pers
Chambre 4 personnes	327€ / pers	15€ au lieu de 29€	342€ / pers
Camping-Caravaning avec votre matériel	269€ / pers	15€ au lieu de 29€	284€ / pers
Tout sauf nuitée	248€ / pers	15€ au lieu de 29€	263€ / pers
Chambre individuelle	440€	15€ au lieu de 29€	455€

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 ou par virement en téléphonant au 09 54 59 57 17

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 encaissé seulement 8 jours avant votre arrivée
à renvoyer à notre centrale de réservation : Existence - Les Jardins Intérieurs - BP 60019 - 17132 Meschers

Séminaire FOCUSING du mardi 5 (14h) au dimanche 10 juillet 2016 (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)