



## Focusing

---

Dates: du jeudi 3 octobre au samedi 5 octobre 2024

---

Lieu: Cours résidentiel en Suisse Romande

---

Coût: 900 frs, une réduction de 50 frs sera accordée aux membres de la pcaSuisse

---

Conditions d'admission: Le cours s'adresse à toutes les personnes intéressées par le thème

---

Objectifs | Méthodes: Le focusing est une méthode élaborée par Eugene Gendlin. Elle a ses origines dans la collaboration de Gendlin avec Carl Rogers, co-fondateur des approches humanistes, dans les années 1950. A travers une étude sur l'efficacité de la thérapie, Gendlin a découvert qu'une certaine activité intérieure, hautement expérientielle facilite le processus de changement et que cela pouvait être enseigné. Grâce à un procédé facile à apprendre, nous pouvons accéder à un niveau plus profond de notre conscience. Nous avons, en effet, une expérience corporellement ressentie des situations que nous vivons. Cette source précieuse d'informations nous aide à donner un sens à notre expérience, à nous recentrer et à clarifier des situations complexes, ainsi qu'à mieux définir nos besoins. Le focusing peut, sans aucun doute, enrichir toute forme d'accompagnement.  
L'objectif du cours est d'apprendre à connaître le focusing et de l'expérimenter sur soi-même, à travers des exercices par paires et par petits groupes.

---

Animatrices | Animateurs: **Beata Dana**  
Psychothérapeute ACP/FSP reconnue au niveau fédéral, superviseure et formatrice pcaSuisse

---

Nombre de participant/es: 8 à 18 personnes

---

Informations: [beata.dana@bluewin.ch](mailto:beata.dana@bluewin.ch)

---

Inscription: Inscription au cours avec login  
Inscription au cours en tant qu'invité

---

Délai d'inscription: 03.10.2024

---

Mise en compte: Ce séminaire équivaut à 24 séances de séminaire spécialisé obligatoire.

---