



Introductie Focusing

'Focusing' is een wijze van luisteren waarbij je een milde houding aanneemt tegenover dat wat lijfelijk merkbaar is maar nog geen woorden heeft.

Door daar aandacht aan te geven spreken we een innerlijke bron van wijsheid en kracht aan.

In deze introductie gaan we via ervaringsgerichte oefeningen en beknopte theoretische achtergrond aan de slag met deze zeer toegankelijke 'techniek'. We oefenen de basisvaardigheden die nodig zijn om een focusingproces aan te gaan.

Iedereen is welkom. Er is geen voorkennis vereist.

Data: dinsdag **3 december** en dinsdag **10 december 2019**

Uur: Welkom vanaf 9u15, we starten om 9u30 en ronden af om 16u30

Begeleiding: Didier Van Lierde, psycholoog, cliënt-gericht psychotherapeut, focusser, focustrainer in training.

Plaats: Psychotherapeutisch Centrum De Binnentuin

Spoorwegstraat 8, 3370 Boutersem

Prijs: 240 euro voor 2 dagen, koffie, thee en lichte lunch inbegrepen.

Inschrijven of info? Graag een mailtje naar didier.vanlierde@gmail.com of een telefoontje naar 0489 308 309.

Aan het einde van de cursus kan je een attest 'niveau 1 Focussen' krijgen.

Meer info over Focusing en de verschillende niveaus: www.focussenvlaanderen.be

Info over De Binnentuin: www.binnentuinboutersem.be