

# Introductie Focusing 2016

*Tweedaagse training voor psychologen*

## Datum, tijd en locatie

Datum: 2016 31 maart en 1 april, 10 en 11 november

Cursustijden : 10.00 – 17.00 uur

Locatie: Hotel Bergse Bossen, Driebergen/Zeist

## Accreditatie

NIP ELP 12 punten; NIP LWP 12 punten; VCgP 4 punten, FGzPt 4 punten

## Deelnamekosten, inschrijving en annulering

De kosten voor deze training zijn € 375,- euro inclusief lunch en syllabus.

Minimaal 4, maximaal 12 deelnemers

Informatie en opgave: [aaffien@focuscentrumadv.nl](mailto:aaffien@focuscentrumadv.nl) of tel 0592 612613

Inschrijving op volgorde van binnenkomst cursusgeld.

Sluitingsdatum: 3 weken voor aanvang van de cursus

### *Annuleringsregeling*

1. *Bij annulering wordt het betaalde cursusgeld exclusief inschrijfgeld (75 euro) gerestitueerd.*
2. *Bij annulering na de sluitingsdatum wordt 25% van het bedrag gerestitueerd.*
3. *Bij annulering binnen een week of bij afwezigheid worden geen kosten gerestitueerd.*
4. *Het is mogelijk dat een cursus niet door kan gaan (door onvoldoende deelname, ziekte van de docent of andere onvoorziene omstandigheden). De deelnemers worden hierover zo vroeg mogelijk ingelicht. Uiteraard wordt het overgemaakte cursusgeld teruggestort.*

## Literatuur

- Siebrecht Vanhooren: *De moed om niet te weten, het lef om niet te kunnen*, Tijdschrift voor Clientgerichte Psychotherapie, februari 2014
- Eugene T. Gendlin, Ph.D.: *De evolutie van de psychotherapie. Waar je het lichaam van binnenuit voelt is er een doorgang*, Anaheim Conferentie, mei 2000. Vertaling Erna de Bruijn.
- Mia Leijssen: *Psychotherapie als zorg voor de ziel*, Tijdschrift voor Cliëntgerichte Psychotherapie, 2007



Focusing is contact maken met een complex en groeizaam lijfelijk-te-ervaren weten van de driehoek lijf, ziel en geest zonder de scheiding tussen deze drie. Het is meer dan voelen van fysieke ervaringen, het is meer dan contact maken met emoties, het is meer dan het analyseren van of reflecteren op problemen. Wel komen al die facetten aan bod. Focusing is ontwikkeld door Gene Gendlin na onderzoek naar wat maakt dat mensen baat hebben bij psychotherapie.

Deze tweedaagse training heeft tot doel de deelnemers kennis te laten maken met focussen door het aanleren van de basishouding en basisvaardigheden en het leren toepassen van enkele focusinterventies in cliëntcontacten.

Op dag 1 wordt stil gestaan bij de achtergronden en filosofische uitgangspunten van Focusing. Enkele basisbegrippen en de stappen van een focusproces komen aan bod. Ook wordt er geoefend in zelf focussen en de focussende manier van luisteren. Op de tweede dag wordt er verder geoefend met aandacht voor de blokkades die tijdens een focusproces kunnen optreden. Daarnaast wordt er tijd en aandacht besteed aan het inbrengen van focus-elementen in het contact met cliënten. Op beide dagen worden theorie en praktijk afgewisseld. Op dag 2 is er de mogelijkheid eigen casuïstiek in te brengen.

## Programma

### Dag 1

- Achtergrond van het focussen
- Filosofische uitgangspunten
- Focussend luisteren
- Sleutelbegrippen
- Focussende houding
- Felt sense
- Het proces en de stappen

### Dag 2

- De rol van de luisteraar, 'absoluut luisteren'
- Who is in charge? Wat doet een luisteraar/begeleider wel/niet
- Als het proces niet vanzelf gaat
- Cliënten helpen 'aan te komen'
- Cliënten helpen contact met het lijf te maken
- Spiegelen en disidentificatie problemen/emoties
- Evaluatie en afsluiting



## Aaffien de Vries

Aaffien de Vries is internationaal erkend focustrainer en opleidingscoördinator namens het Focusing Institute in New York. Zij heeft een eigen focuscentrum en van daaruit begeleidt zij mensen op individuele basis, geeft workshops rondom Focusing en speciale thema's of toepassingen (o.a. dromen, criticus, kind van binnen). Zij geeft cursussen voor particulieren en verzorgt bijscholingscursussen voor professionele begeleiders. Tevens geeft zij de opleiding tot focusbegeleider en focustrainer en verzorgt de tweejarige specialisatie Focusing in Therapie. Zij is als adviseur verbonden aan het bestuur van het Nederlands Focusnetwerk.

## Waardering van de training

*“De tweedaagse cursus 'Introductie Focusing' van Aaffien leverde mij een zeer goed afgestemd aanbod op. Wat ik ervan mee heb gekregen heeft me voldoende vertrouwen gegeven er met mezelf én met cliënten mee aan de slag te gaan”.*

*“Ik heb bij Aaffien de tweedaagse basiscursus Focusing gevolgd. Aaffien is een prettige trainer die respectvol cursisten begeleidt/ opleidt. Naast theoretische kennis geeft ze veel praktische handvatten die in mijn praktijk ook goed bruikbaar zijn! Het waren twee inspirerende dagen.”*

De gemiddelde score voor deze bijscholing is een 8,8. In de evaluatie zijn (naast de locatie en catering) de volgende elementen opgenomen: uitleg, werkvormen, begeleiding, ruimte voor eigen inbreng en toepasbaarheid in de praktijk.

