

Focusing Introdutorio



Título avalado por:



FOCUSING THuS
CENTRO DE PSICOLOGÍA Y FORMACIÓN



AVALADO POR THE INTERNATIONAL
FOCUSING INSTITUTE (NEW YORK)

www.focusingthus.com

info@focusingthus.com

Teléfono: 630 36 87 41

CONVOCATORIA

De octubre de 2026 a
marzo de 2027

PRESENCIAL Y ONLINE

50 HORAS

COORDINADORES DE LA FORMACIÓN:

Mentxu Martín-Aragón
Josep Santacreu

CURSO 2026-2027



HUMANISTA / EXPERIENCIAL / CORPORAL / RELACIONAL (GRUPAL E INDIVIDUAL) / PRÁCTICA / INTEGRADORA

Focusing Introdutorio

¿QUÉ TE APORTA APRENDER FOCUSING?

Focusing es un poderoso modelo de psicoterapia humanista que trabaja con la **Sabiduría Corporal/ emocional**, para integrar **cuerpo-mente-emoción**, ofreciendo recursos para **sanar y crecer**.

Aprendes a:

- ✓ **Contactar** con tus **sensaciones** corporales.
- ✓ **Regular** las **emociones** que nos desbordan.
- ✓ Transformar **bloqueos**.
- ✓ **Mejorar** tu forma de relacionarte con los demás.
- ✓ **Acompañar** el dolor de una forma amable.
- ✓ **Lidiar** mejor con el dolor físico-psíquico.
- ✓ **Integrar** cuerpo, corazón y mente. Encontrar tu centro de calma y bienestar.
- ✓ Acompañar tu soledad. Y **liberarte** de dependencias.
- ✓ **Desarrollar** tu creatividad.
- ✓ **Elegir** lo que realmente quieres en tu vida.
- ✓ Descubrir el **arte de vivir** desde tu Ser más auténtico.

¿QUÉ TE POSIBILITA?

Te permitirá acceder a Facilitador de Focusing acreditado por el T.I.F.I. (The International Focusing Institute).

¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

La formación está dirigida todas las personas que deseen **conocer y desarrollar las habilidades básicas para el Enfoque Corporal** o Focusing:

- ✓ Psicoterapeutas y terapeutas.
- ✓ Personas que trabajan en el acompañamiento a otros.
- ✓ Personas interesadas en el crecimiento y bienestar personal y relacional.

No se requiere una titulación específica para acceder a la Formación en Focusing.

OBJETIVOS

- ✓ **Aprenderás** a introducirte en la metodología y actitudes de Focusing.

METODOLOGÍA

Online o presencial (Madrid)

La formación de Especialidad en Focusing de **50 horas** será **práctico-experiencial**, por lo que es **imprescindible su asistencia**.

- ✓ El **aprendizaje** y práctica de Focusing se realizará tanto en grupo como en parejas.
- ✓ **Práctica** de Focusing supervisada **individual** y de **grupo**.
- ✓ **Materiales** para el alumno.
- ✓ Tutorización **personalizada** durante el proceso formativo.
- ✓ **Lecturas** obligatorias y **trabajos** sobre las mismas.

PROGRAMA DE FORMACIÓN

FOCUSING INTRODUCTORIO



PRESENTACIÓN CURSO FOCUSING INTRODUCTORIO

Formato:	Online
Fecha:	28 de septiembre de 2026 (19:00 h a 20:30 h)

FOCUSING I:

INICIACIÓN AL FOCUSING

Formato:	Online o Presencial
Fechas presencial:	2 y 3 de octubre de 2026
Fechas online:	29 de octubre y 5, 12 y 19 de noviembre de 2026

HORARIO TALLER PRESENCIAL:
Viernes de 16:30 h a 21:30 h.
Sábado de 09:00 h a 14:00 h.

HORARIO TALLER ONLINE:
Jueves de 18:30 h a 21:00 h.

- ¿Qué es Focusing o Enfoque Corporal de E. Gendlin?
- La técnica y las actitudes de Focusing, un modo de vivir en Autenticidad.
- Escuchar el propio cuerpo.
- Despejar un Espacio.
- La sensación corporalmente sentida: felt-sense.

FOCUSING II:

PRÁCTICA DE FOCUSING Y AUTOFOCUSING

Formato:	Online o Presencial
Fechas presencial:	16 y 17 de octubre de 2026
Fechas online:	26 de noviembre y 4, 11 y 18 de diciembre de 2026.

HORARIO TALLER PRESENCIAL:
Viernes de 16:30 h a 21:30 h.
Sábado de 09:00 h a 14:00 h.

HORARIO TALLER ONLINE:
Jueves de 18:30 h a 21:00 h.

- Práctica de los pasos de Focusing.
- Elementos fundamentales de la Filosofía de lo Implícito de E. Gendlin.
- Bases Psicológicas inherentes al Focusing: Más allá de Carl Rogers.
- Modos de simbolización de la experiencia interna: palabras, imágenes, movimiento.
- Autofocusing y Focusing escrito.

MONOGRÁFICOS

EL CUIDADO DEL NIÑO INTERIOR Y EL CRÍTICO INTERNO

Formato:	Presencial
Fecha:	27 y 28 de noviembre de 2026

HORARIO MONOGRÁFICO:
Viernes de 16:30 h a 21:00 h.
Sábado de 09:00 h a 14:30 h.

- Nuestro **Niño/Adolescente Interior herido** (vulnerabilidad, reacciones desproporcionadas, sentimientos de soledad, bloqueos).
- Los tipos de **apego infantil** y las heridas que nos han dejado nuestras primeras experiencias con el mundo.
- Mi **Adulto Interior** y su intención de **reparentalización**.
- Del **Crítico Interior al Cuidador Interno**: recursos para la vida profesional y vida cotidiana.

PRÁCTICAS TUTORIZADAS

Formato:	Online
Fechas intensivas:	8 enero de 2027 (15:30-21:30 h)
Viernes y Sábados	5 marzo de 2027 (16:30-21:30 h)
	6 marzo de 2027 (09:00-14:00 h)

- Práctica de Focusing como acompañante y como focalizador. Las prácticas son en grupo y son Tutorizadas por los formadores.
- Se ahonda en las habilidades del enfoque corporal a partir de la práctica en parejas y supervisión de los formadores.
- Modelajes de Focusing por parte de los formadores.



INFORMACIÓN

PRECIO

Precio de la Formación Focusing Introdutorio para el curso 2026-2027.

- Matrícula: 100 €
- Precio del curso 2026-2027: 960 €

SEDES

- Centro de Formación Focusing THuS. Carretera de Canillas, 136. 1º, 2B. 28043 Madrid. (Metro Canillas o Mar de Cristal). Aparcamiento gratuito.
- Casa de E. Salesianas. C. Virgen de Icíar, 4. 28221 Majadahonda, Madrid. (Acceso en tren y bus)

INFORMACIÓN

Puedes solicitar más información a través del teléfono 630 36 87 41. Email: info@focusingthus.com

