



Benedictines Monestir de Sant Benet
08199 Monistrol de Montserrat

INTENSIU PRÀCTIQUES TUTORITZADES PRESENCIALS (març)



Les pràctiques tutoritzades **són rellevants en l'aprofundiment i l'adquisició de la tècnica**. Ho són en el rol d'acompanyant, en el procés personal de qui enfoca, així com de qui observa.

És un espai formatiu i experiencial on es combina l'aprenentatge individual enriquit per la participació del grup de manera que tothom pot acompanyar i enfocar en un clima de seguretat.

CERTIFIQUEM LES HORES PER LA TITULACIÓ DE FONAMENTS DEL FOCUSING (requisit de 24h)

- OBJECTIUS:**
- Facilitar el silenci i l'atenció corporal.
 - Esperar pacientment que la persona formi la sensació sentida i els seus significats.
 - Donar la benvinguda al que sorgeix i acollir les sensacions i sentiments de la persona guiada, o en el seu cas, crear la distància que possibiliti la relació.
 - Reflexar ressonant o reformulant el que s'observa sense judicis, avaluacions o interpretacions.
 - Reconèixer quan les paraules o les imatges venen directament d'una sensació sentida.
 - Si cal, formular preguntes que es dirigeixin a la sensació sentida i facilitin un moviment corporalment sentit.
 - Sintetitzar i resumir el procés quan finalitza la sessió de Focusing.

REQUISITS: Cal haver cursat els Nivells 1 i 2 de Focusing.

FORMADORS: GERARD PORREDON, PAU NADAL, GLÒRIA PALLEJÀ, TONI BOIX i EULÀLIA FOZ



DATES: Dissabte 14 de març de 2026 (de 9:30 a 13:30h i de 15:30 a 19:30h)

PREU: 165€

INSCRIPCIÓ: <https://monestirsantbenetmontserrat.cat/producte/>

MÉS INFORMACIÓ: activitats@monestirsantbenetmontserrat.cat / 607 275 179 (WhatsApp)