



Focusing : incontro di presentazione

domenica 24 marzo ore 15.00 – 18:00

c/o [SPAZIO ZEPHIRO](#) Castelfranco Veneto - Via
Sile 24 INT. 23

PRENOTAZIONE attidimemoriacivile@gmail.com

La presentazione teorico-pratica metterà l'accento sulla coppia di funzioni che è alla base del [Focusing](#). Da una parte il *felt sense* o 'significato sentito', somaticamente esperito, di un tema, una situazione, un problema ... Dall'altra il 'simbolo' o 'appiglio' (concetto/parola/metafora/gesto ...) che condensa e dà forma al sentire e consente di

esplicitarlo a sé o all'altro. Emozioni e opinioni note e ripetitive vengono sospese, mentre il *felt sense* si forma e si apre rivelando altre angolature e la ricchezza di senso che quel vissuto o tema ha per noi. La comune dissociazione o discrasia fra sentire e pensare si ricompone, facilitando passi di comprensione e cambiamento. Il conduttore accompagnerà nella focalizzazione uno o più partecipanti, con il gruppo come ascoltatore/testimone.

Letizia Baglioni Psicologa in libera professione con un training in psicoterapie a mediazione corporea e insegnante di meditazione buddhista. Da circa 18 anni insegna il Focusing e il metodo esperienziale ed è una trainer certificata dall'International Focusing Institute. **INFO**

<https://letziabaglioni.com/focusing/>