

ESTUDIO DE CASOS Y TESTIMONIOS

2. Turnos Iguales de Intercambio de Escucha/Focusing

Esto podría ser similar a lo anterior, excepto que mi esposo y yo nos habríamos puesto de acuerdo para un intercambio de turnos iguales: él sería el Escuchador Focalizado para mí por veinte o sesenta minutos mientras yo utilizo Focusing Intuitivo acerca de alguna preocupación como hicimos anteriormente. Luego podríamos cambiar los roles y él sería el Focalizador mientras yo le doy respuestas de Escucha Focalizada (Sólo Reflejo, Pedir Más, o Invitaciones al Focusing, lo que se necesite) mientras él usa la misma cantidad de tiempo para explorar por su cuenta cualquier asunto propio.

Hay unos minutos entre los turnos para decir comentar lo que sucedió en éstos. Primero la Focalizadora dice cómo le fue a ella, qué fue lo más útil, cómo hubiera sido diferente. Luego el Escuchador dice cómo fue para él, donde se encontró perdido o nervioso, cuán conectado se sintió, cuán honrado. Luego intercambian los roles: él se convierte en Focalizador y ella en Escuchadora Focalizada por un tiempo igual.

En una Pareja de Focusing típica que se reúne semanalmente, cada turno pudiera ser de 20 minutos a una hora.

Nuestro Paquete de Auto-Ayuda con el manual Focusing en Comunidad (Focusing in Community) le enseña las destrezas para hacer Parejas de Focusing.

SIGUIENTE

"La traductora al español, Agnes Rodríguez, es Entrenadora Certificada de Focusing del Instituto de Focusing y Coordinadora de Focusing de Borde Creativo(TM) para países de habla hispana. Para una Cita Telefónica Gratis pueden enviarle un email a agnes@cefocusing.com Agnes le ofrece también, servicios de traducción al español, sesiones de Entrenamiento de Focusing por teléfono y cualquier otra ayuda en español. Agnes vive en Costa Rica." See www.cefocusing.com/about/AgnesRodriguez_spanish.php

[Inicio/Conceptos Básicos/Recursos Gratis/ ¿Es Este Ud.?/Cómo Trabajamos/Servicios y Programas/Estudio de Casos/Acerca de Nosotros/Tienda/ Regreso al Inicio](#)

Estos materiales son ofrecidos solamente como destrezas de auto-ayuda. Al proveerlos la Dra. McGuire no se compromete en rendir servicios psicológicos, financieros, legales u otros. En caso se requiera asistencia experta o consejo, se debe buscar la ayuda de un profesional competente.

Estudio de Casos

Focusing – Individualmente, con un Entrenador de Borde Creativo o con un Terapeuta de Focusing Experiencial.

Parejas de Focusing – Turnos Iguales de Intercambio de Escucha/Focusing

Focusing Interpersonal – Uso de Escucha/Focusing para facilitar la Solución de Conflictos.

Grupos y Equipos de Focusing – Apoyo en Proceso para Crecimiento Personal y Solución Creativa de Problemas

Comunidades de Focusing – Grupos y Equipos de Focusing que utilizan Focusing Interpersonal y el método de Toma de Decisiones desde el Borde de Colaboración.

Organizaciones de Borde Creativo – Todo lo anterior y además “Una Cosa Pequeña” para la Motivación de Abajo hacia Arriba.

Testimonio

Después del taller de 6 horas salí sintiéndome más alerta, más energética y con más vida que cuando entré. De todos los talleres que he asistido esta ha sido una experiencia única para mí.”

© **Dra. McGuire, 2007.**

Traducido por Agnes Rodríguez. Profesional Certificada de Focusing y Asociada de Focusing de Borde Creativo, ofrece sesiones telefónicas en Inglés y Español

Ver: www.cefocusing.com/about/AgnesRodriguez_spanish.php