

SEMINARIO

SOLI SI NASCE: ESSERE FELICI STANDO DA SOLI SI IMPARA

Relatrice: **Dott.ssa Leandra Taborra - Psicoterapeuta**

Sabato 14 novembre 2009

presso

l'Associazione "L'Autore e il Marchingegno"

***Un viaggio di scoperte
non consiste nel trovare nuovi paesaggi
ma nell'averne nuovi occhi
M. Proust***

La "felicità", spesso, viene colta per contrasto.

A volte, ci rendiamo conto di essere stati "felici" nel momento in cui non lo siamo più.

Come è possibile alterare la rappresentazione interna di qualcosa, mutando una situazione negativa in positiva, con uno stato d'animo più ottimista e produttivo?

Riconoscere di non essere determinati a priori dalla propria infanzia, educazione, esperienza passata, ma di avere un margine di autonomia nel disegnare la propria vita è un passo importante per permetterci di essere "liberi".

PROGRAMMA:

9:30 – 11:00	<i>Imparare a pensare</i>
11:00 – 12:30	<i>Come influenzare la realtà</i>
12:30 – 13:00	<i>Discussione</i>
13:00 – 14:00	<i>Brunch</i>
14:00 – 15:00	<i>Valorizzare e rispettare se stessi: nuove abitudini mentali</i>
15:00 – 16:30	<i>La vita a colori : il rapporto con le emozioni</i>
16:30 – 17:00	<i>Discussione</i>

Al termine del corso sarà consegnato un Attestato di Partecipazione.

Il costo di partecipazione al seminario è di **€ 100,00 + IVA.**

Il suddetto costo e' comprensivo anche del costo della tessera associativa.

La partecipazione a due seminari prevede uno sconto del 10% sul costo totale (€ 180,00 invece di € 200,00).

Per ulteriori informazioni e per l'iscrizione al seminario, rivolgersi a:
Associazione "L'Autore e il Marchingegno" – Psicologa Dr.ssa Carla Di Francesco
TEL. 06 9075254 - 333 2700716 – FAX: 06 90164908
EMAIL: carla.difrancesco@alice.it - SITO WEB: www.lautoreilmarchingegno.org