



Comune di Perugia
Biblioteca S. Matteo degli Armeni



Ma tu, cosa senti?

Psicologia delle emozioni

Conferenza condotta dalla dott.ssa Rosella De Leonibus, psicologa-psicoterapeuta



mercoledì 7 giugno 2017, ore 18.00-19.30

Biblioteca Comunale S. Matteo degli Armeni - Via Monteripido 2 - 06125 Perugia

Dopo la grande partecipazione del 15 marzo, vi proponiamo un secondo incontro sul tema delle emozioni, stavolta focalizzato sull'integrazione di corpo e psiche e sulla regolazione dell'esperienza emotiva.

Uno sguardo nel nostro "Inside out" personale...

Cosa succede nel corpo, nel cervello e nel comportamento quando arriva una forte emozione? Possiamo osservare cosa accade nel corpo e nella mente per riconoscere le emozioni che proviamo?

E soprattutto, possiamo imparare a gestire le risposte emotive in modo adattivo?

Destinatari

Adulti interessati al tema, educatori, professionisti della cura. **PARTECIPAZIONE GRATUITA**

Per info e iscrizioni: Rosella De Leonibus - r.deleon@tin.it

075 5003036 (dal lunedì al venerdì, ore 9,00-13,00 e 14,00-17,00)