

EMOZIONIAMOCI CONSAPEVOLMENTE

*Un incontro in due serate
per conoscere la genesi e il significato delle emozioni*

- ✓ ***Alle radici delle emozioni***
- ✓ ***Le regole di esibizione delle emozioni***
- ✓ ***Le dinamiche della collera***
- ✓ ***Le tecniche per superare la tristezza***
- ✓ ***Imparare a controllare la paura***
- ✓ ***La gioia spontanea e la gioia indotta***
- ✓ ***Autocontrollo e autoconsapevolezza***

Sede del corso: Torino, via San Francesco da Paola 20



***Date: Giovedì 28 Febbraio e 6 Marzo
dalle ore 19.30 alle ore 21.30***

MODERNACOMUNICAZIONE

Docente: dott.ssa Emanuela Truzzi