

ASSOCIAZIONE CULTURALE



FABER

presenta

presso la Libreria **La Maria del porto**, Porto di Trani,
via Statuti Marittimi 42

PSICO DI QUI... PSICO DI LÀ...

Quattro finestre sull'essere umano

dalle ore 18 alle 20, presso i locali della libreria

L'Associazione Faber ha come scopo quello di incidere in modo positivo sulla qualità di vita degli individui e di favorire lo sviluppo del potenziale umano. Grazie al contributo di validi psicoterapeuti e counselor della gestalt, proponiamo questo ciclo di incontri aperti al pubblico per favorire l'approfondimento di alcune tematiche molto importanti. Ogni incontro consentirà al pubblico presente di essere soggetto attivo di momenti teorici ed esperienziali, della durata di un paio di ore, in un clima caldo e sereno, tale da favorire curiosità, interesse, buon umore, apprendimento e rispetto della privacy di ciascun partecipante.

PROGRAMMA

Sabato 14 marzo - Dott. Michele Galgani, psicoterapeuta

COME SOSTENERE L'AUTOSTIMA?

L'autostima influenza la possibilità di raggiungere obiettivi, il tono dell'umore, le relazioni affettive e il successo nella scelte di ogni giorno. L'autostima è figlia dell'autovalutazione e può esprimersi come sopravvalutazione o sottovalutazione a seconda di una errata considerazione che possiamo avere di noi stessi rispetto agli altri e alle situazioni in cui di volta in volta ci troviamo. Proviamo a sostenerla, con esercizi dedicati all'ascolto di sé, dell'Altro, e all'autoespressione.

Sabato 21 marzo - Dott.ssa Rossella Zitoli, counselor, dott. Stefano Cialdella, psicoterapeuta in formazione:

IL GIOCO DELLA COPPIA

La relazione di coppia nasce e cresce sui percorsi della comunicazione, della condivisione, dello stare insieme ma quanto conosciamo il nostro modo di comunicare con il nostro partner? E quanto le nostre abitudini e le nostre certezze ci fanno correre il rischio di scivolare nella dimensione dell'incomprensione, del non -detto e della noia? Proveremo a giocare per conoscere meglio il nostro essere in coppia.

Sabato 28 marzo - Dott.ssa Rossella Zitoli, counselor

LA FIABA CHE MI PORTO DENTRO

Ogni volta che da bambini abbiamo ascoltato una fiaba, ci siamo sentiti vicini avvenimento; inconsapevolmente questo processo di identificazione ci ha sostenuto nelle fasi della crescita. Attraverso attività di tipo esperienziale proveremo ad esplorare le "nostre" fiabe e a riconoscerne i tratti che oggi adottiamo nell'agire di tutti i giorni.

Sabato 4 aprile - Dott.ssa Luisa Marino, psicoterapeuta

FIGLI SI NASCE, GENITORI SI DIVENTA

Fare il genitore è un mestiere molto difficile. Fare il figlio lo è altrettanto. Non esistono ricette, ma ognuno di noi è almeno figlio ed esistono fasi e confini ben precisi nel rapporto fra genitori e figli da cui trarre indicazioni importanti per ricoprire in modo più sereno e consapevole ruoli difficili ma nutrienti e necessari.

INGRESSO LIBERO - Per ulteriori informazioni contattare Michele Galgani al 339.4827099

oppure scrivete a: info@associazionefaber.com