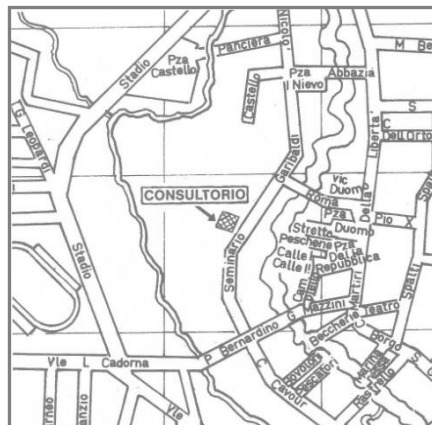


Per **informazioni ed iscrizioni**
tel. 0421/75501
cell. 3333662484

Il percorso sarà attivato con l'iscrizione del numero minimo di 12 partecipanti. È gradita almeno l'iscrizione telefonica nella settimana precedente alla data d'inizio del percorso.

Consultorio familiare *fondaco onlus*

via Seminario, 17
30026 Portogruaro (VE)
e-mail: consultoriofondaco@virgilio.it
www.consultoriofamiliarefondaco.it



Orario di apertura della segreteria

Martedì, Mercoledì, Giovedì
ore 17.00 - 19.00

Si riceve per appuntamento
tel. 0421 75501
cell.3333662484

Attivo servizio di segreteria telefonica



il **Consultorio familiare**
fondaco onlus

organizza

due percorsi formativi

Rabbia e Paura



Autostima

Marzo - Maggio 2017

Consultorio familiare *fondaco*
Portogruaro, via Seminario,17

RABBIA e PAURA **Come gestirle in modo costruttivo**

Percorso formativo è... un'occasione per imparare a migliorare le relazioni affettive, la gestione delle emozioni e dei conflitti, per crescere come persona, per crescere in coppia, per migliorare il rapporto con i figli.

Il metodo

Condotta da un'esperta del Consultorio, ogni percorso alterna momenti teorici a momenti interattivi ed esperienziali, offrendo ai partecipanti la possibilità di accrescere la propria capacità di apprendere attraverso la partecipazione attiva e lo scambio di esperienze, prospettive e vissuti in un clima di accoglienza e rispetto reciproci.

Ciclo di 4 incontri

**Dal 15 marzo al 5 aprile 2017,
dalle 20.30 alle 22.30, il mercoledì**

Finalità

La rabbia e paura sono emozioni utili? Ne conosciamo i limiti. Ma presentano anche utilità e sono una risorsa? Grazie alla consapevolezza di quello che proviamo a livello emotivo possiamo scoprire come prendere in mano la nostra vita in modo responsabile ed efficace.

Può partecipare al corso chi ha frequentato i corsi precedenti sulle emozioni ma anche chi è nuovo a questa tematica. Si richiede la presenza a tutti gli incontri.

15 marzo 2017

Facciamo conoscenza con le emozioni

22 marzo 2017

Perché ci arrabbiamo: viaggio all'interno di questa emozione

29 marzo 2017

La paura ci motiva o ci frena?

5 aprile 2017

L'ascolto delle emozioni: strumento di crescita

Conduce:

dott.ssa Marilena Brunetti
psicologa e psicoterapeuta

AUTOSTIMA **Dentro la mente e nella profondità del cuore**

Ciclo di 4 incontri

**Dal 3 maggio al 24 maggio 2017,
dalle 20.30 alle 22.30, il mercoledì**

Finalità

Imparare a pensare positivo e ad avere maggiore considerazione di se stessi.

3 maggio 2017

Come si forma l'autostima e come agevolarla

10 maggio 2017

Il bisogno di riconoscimento e altri bisogni

17 maggio 2017

Autostima e convinzioni interiori.

Imparare a pensare in positivo

24 maggio 2017

L'importanza di prendersi la responsabilità del proprio comportamento

Conduce:

dott.ssa Marilena Brunetti
psicologa e psicoterapeuta