



SABATO 19 SETTEMBRE ORE 15 – 17, BOLOGNA

Quarta edizione del Seminario. IPERSENSIBILITA': VANTAGGIO O SVANTAGGIO?

Dr.ssa Elena Lupo

Ipersensibilità: vantaggio o svantaggio? Dipende. Dipende da come impariamo a gestirla. (R. Sellin)

La dott.ssa Elaine Aron ha cominciato a fare ricerca sull'ipersensibilità nel 1991, rimanendo a stretto contatto con lei, il nostro obiettivo dal 2014 è di portare anche in Italia una maggiore cultura e informazione a riguardo.

Le persone altamente sensibili sono caratterizzate da una più profonda elaborazione degli stimoli percettivi, e costituiscono il 15% della popolazione generale, e anche del mondo animale.

Se siete persone ipersensibili vi potrebbe essere capitato di:

- Accorgervi di percepire più "profondamente" e dettagliatamente degli altri
- Sentirvi più facilmente di altri sovraccaricati dalle situazioni, soprattutto di tipo emotivo
- Mettere voi stessi all'ultimo posto, ad esempio in famiglia o nel lavoro
- Essere molto attenti agli sguardi altrui e avere paura del loro giudizio
- Appassionarvi a studi e hobby legati alla conoscenza di voi stessi o degli altri
- Sentire un profondo bisogno di armonia, tempo e accoglienza nel rapporto con gli altri
- Essere di aiuto agli altri come confidenti, riferimenti, motivatori
- Provare una forte empatia, per gli esseri umani o anche animali

Se vi trovate ad essere molto sensibili, o il vostro bambino lo è, forse vi piacerebbe sapere quanto segue (E. Aron):

- Il vostro tratto è normale e innato
- Voi siete più consapevoli di altri dei dettagli.
- Siete anche più facilmente sopraffatti.
- Questa caratteristica non è una nuova scoperta, ma è stata fraintesa per decenni.
- La sensibilità è un dono
- Viene valutata in modo diverso nelle diverse culture.

In questo incontro di presentazione parleremo e ci confronteremo sul tema dell'ipersensibilità, ancora molto sconosciuta in Italia, perché ognuno possa trovare risposte a domande antiche, e comprendere meglio il posto che occupa nel mondo grazie a questa caratteristica. Per non sentirvi più soli/diversi/sovraccaricati.

Costo di partecipazione: 15 euro.

Sede: Centro Interno Yoga, Via Vizzani 74 Bologna (Si suggerisce di portare calzettoni o calze antiscivolo)

Per iscrizioni necessario comunicare via mail a: altamente.sensibili@gmail.com

Oppure mediante sms o telefonata al numero: 340 6271152