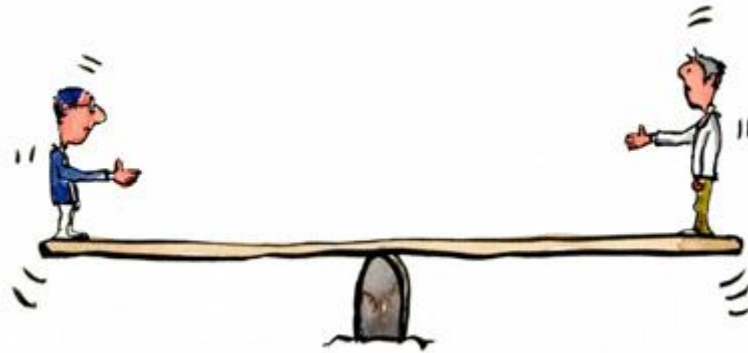


Persone Altamente Sensibili – HSP Italia™
In collaborazione con Associazione Spazio Aperto presenta:

WORKSHOP TEORICO-PRATICO
Domenica 22 aprile 2018, dalle ore 10 alle ore 17.30
Presso Interno Yoga, Via Vizzani 74



ALTA SENSIBILITA' ED AUTO-EMPATIA

L'ARTE DI ESSERE IN RELAZIONE CON L'ALTRO TUTELANDO SE' STESSI

La Persona Altamente Sensibile è tendenzialmente orientata all'esterno, più attenta ai bisogni degli altri che ai propri. Generalmente fatica a gestire l'elevata empatia che sente, fino a perdere la connessione con sé stessa.

Attraverso la Comunicazione Empatica e non violenta nel processo dell'AUTOEMPATIA possiamo imparare a riconoscere ed esprimere adeguatamente i nostri bisogni rivolgendo lo sguardo dentro di noi. E' soltanto dopo aver accolto i nostri bisogni con amorevolezza che possiamo rivolgerci anche verso l'altro con un'energia nuova che favorirà la connessione e il dialogo.

Il workshop sarà co-condotto da

Dott.ssa Elena Lupo, Psicologa e Psicoterapeuta ad indirizzo Biosistemico, Licensed Therapist HSP-Knowledgeable, autrice del libro "Il tesoro dei bambini sensibili" (2017).

Anna Bassi, Vicepresidente dell'Associazione di Promozione sociale "Spazio Aperto", Counselor Professional con la Comunicazione Nonviolenta e l'Approccio Corporeo con attestazione di competenza professionale SIAF; Operatore professionale shiatsu presso l'Accademia Italiana Shiatsu-Do di Bologna; Autoformazione decennale in Psicosintesi.

Costo del workshop: 90 euro, comprensivi di dispensa.

Per informazioni e iscrizioni: altamente.sensibili@gmail.com

