

Ruolo e gestione delle emozioni

Docente: Dott.ssa Rosanna Gianfrancesco



Mai, prima d'ora, le relazioni sono state così problematiche e conflittuali di come lo siano ora.

Alla base delle relazioni, ci sono le emozioni molto spesso marginalizzate ed estranee in un mondo dominato dalla razionalità e dal pensiero.

Bisogna conoscere il linguaggio delle emozioni, dargli posto e dignità per poter gestire lo stress e mantenere un equilibrio in un mondo dominato dall'arroganza e dalla violenza.

Solo così potremo acquisire un'intelligenza emotiva che ci permetta di vivere con serena consapevolezza.

Calendario:

Mercoledì
dalle ore 17.00
alle ore 18.00

Frequenza:

Settimanale

Durata:

7 lezioni
dal 31 gennaio 2024
al 13 marzo 2024

Sede:

Villa Cusani-
Confalonieri

Aula:

2