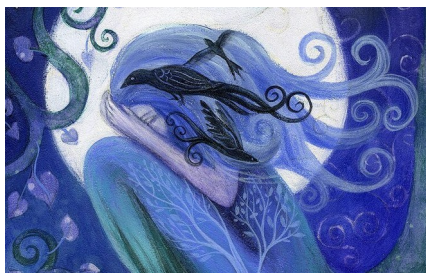


LABORATORI DI PSICODRAMMA E COUNSELING

Ciclo di 3 di **laboratori**, fruibili anche singolarmente, utili a raggiungere maggiore consapevolezza di sé e maggior benessere esistenziale e relazionale.



A. A. Ansia, Attacchi di panico, Aiuto!

sabato 29 settembre ore 10:30-12:30

c/o Associazione Alabaré, via Gatteri 9, Trieste

Quale significato hanno stati d'ansia e di panico? Cosa si

nasconde dietro a queste manifestazioni "scomode"?

Laboratorio esperienziale di due ore per approfondire

l'argomento e dare una lettura a sintomi così importanti.



La Dipendenza Affettiva, ovvero io non mi basto!

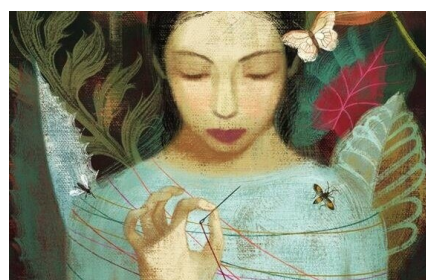
sabato 6 ottobre ore 10:30-12:30

c/o Associazione Alabaré, via Gatteri 9, Trieste

Cosa significa non essere mai in grado di bastare a se stessi, tanto da dover intessere sempre e solo relazioni di dipendenza,

di bisogno, e non di autonomia? Laboratorio esperienziale di

due ore per approfondire l'argomento e ricercare il cambiamento.



Ferite Emotive: le 5 alleate

sabato 13 ottobre ore 10:30-12:30

c/o Associazione Alabaré, via Gatteri 9, Trieste

Abbandono, rifiuto, tradimento, umiliazione, ingiustizia. Come ci condizionano? Quali bisogni racchiudono?

Laboratorio esperienziale di due ore alla scoperta del

potenziale evolutivo di questi vissuti antichi.

Ogni incontro ha un costo di 50 € e prevede un successivo colloquio breve gratuito ad integrazione del lavoro di gruppo.

Sconto 10 % per chi si iscrive a tutti e tre i laboratori con pagamento in occasione del primo incontro.

Info e prenotazioni:

-dott.ssa **Giulia Targa**, Psicologa Psicoterapeuta ad indirizzo psicoanalitico, cell. **349 6748271**, giuliatarga@gmail.com

-dott.ssa **Sara Perosa**, Counselor ad indirizzo sistemico-transpersonale, laureata in Psicologia magistrale, cell. **340 8165789**, sara_perosa@hotmail.com