



Θυμός... πόσα κρύβει από πίσω του...

Είναι ένα από τα 4 βασικά συναισθήματα και όμως το μπερδεύουμε πολλές φορές με την συμπεριφορά, που είναι η επιθετικότητα... Εύθραυστα συναισθήματα, όπως η λύπη και ο φόβος μεταμφιέζονται συχνά σε θυμό ή και κρύβονται πίσω του. Άλλοτε πάλι η δύναμη του θυμού μεταφέρει την ενέργεια και των συναισθημάτων που δεν εκδηλώνουμε και δεν αναγνωρίζουμε. Αυτό μάλιστα κάνει την δύναμή του τεράστια. Ο στόχος αυτών των συναντήσεων είναι να βρούμε πώς την ενέργεια του θυμού μας μπορούμε να την χρησιμοποιήσουμε με θετικό τρόπο.

Τόπος:Γραβιάς 5

Ημέρα:1^η και 3^η Δευτέρα Οκτώβριο-Νοέμβριο-Δεκέμβριο

Ώρες:19.30-21.30

Ολικό ποσό:90 ευρώ

Ασκαρίδου Βικτώρια (ψυχοθεραπεύτρια,

Τραυματοθεραπεύτρια,Σύμβουλος Ψ.Υ.) 6907644327