



SCRITTURA EMOTIVA

DOCENTE Amadio Katia

OBIETTIVI Obiettivo finale allora del corso è quello di aiutare chi scrive a prendere coscienza di sé e a trasmettere in scioltezza i propri pensieri traducendoli sulla carta. Scrivere aiuta a conoscere meglio se stessi e conoscendosi meglio si gestisce la realtà in modo più aderente alle aspirazioni dell'individuo, migliorando di molto i rapporti interpersonali.

ARGOMENTI

Scrittura e benessere:

- Migliorare la salute con la scrittura
 - I benefici dell'acqua
 - I viaggi sono i viaggiatori
 - Strategie di scrittura efficace
 - Il coinvolgimento emotivo
 - Lotta all'analfabetismo emotivo
 - Indagine sulle emozioni
 - La letteraria
 - Il gioco della vita: 65 parole chiave costituiscono le tappe per arrivare alla scoperta di sé
- L'arcipelago delle emozioni:
- Cosa sono le emozioni
 - Luci e ombre delle emozioni
 - Affettività e cura

Sede del corso: Camponogara

Orario: Sabato 10.30-12.00 (Amadio)

N° lezioni / Durata/ Quota di Adesione: 15 lezioni da 1.30 h - €. 145,00

Desideri iscriverti a questo corso? [Clicca qui](#)