

VERGOGNA E SENSO DI COLPA: DUE FACCE DELLA STESSA MEDAGLIA

WORKSHOP

SABATO 19 novembre
2022, ore 09.30-13.30

Conduce: Silvia Polin

Costo: € 40,00

Questo incontro si terrà in presenza presso il Centro Berne, salvo diverse future comunicazioni atte a ottemperare le disposizioni sanitarie del momento.

<https://www.berne.it/calendario>



Centro Berne
L'Analisi Transazionale Relazionale
DAL 1978

*"Il compito principale nella vita di ognuno è dare alla luce se stesso"
(E. Fromm)*

*"Non preoccuparti se gli altri non ti apprezzano.
Preoccupati se tu non apprezzi te stesso"
(Confucio)*

DESTINATARI: tutti

In questo incontro (in un ambito protetto al di fuori del giudizio e della critica) ci avventureremo nelle pieghe di due emozioni che condizionano molto la vita di un bambino prima e di un adulto poi.

La coscienza di Sé si sviluppa attraverso lo specchio dell'ESSERE e del FARE. Lungo queste due dimensioni strutturiamo infatti la nostra personalità; ciò che siamo e ciò che realizziamo sono quindi due espressioni identitarie attraverso cui costruiamo l'immagine che abbiamo di noi stessi.

Ma quando la percezione di sé si tinge di critica e di inadeguatezza, è probabile che si aprano le porte emotive della vergogna e della colpa limitando l'espressione e l'espressività della nostra esistenza.

In questo incontro esploreremo queste due emozioni secondarie per comprendere:

- *Come nascono queste emozioni?*
- *Cosa esprimono?*
- *Quali sono le differenze?*
- *Cosa raccontano?*

Vi aspetto con la curiosità di dare un senso a queste due dimensioni emotive.



SCAN ME