

L'Istituto

Organizza

un workshop di approfondimento sul tema

“Viola, 43 anni, quando il perfezionamento genera malessere”

Migliorare la consapevolezza di sé con il biofeedback training

venerdì 13 dicembre 2013
dalle ore 14.30 alle ore 17.30
Aula Bragozzi dell'Istituto
Via Valerio Flacco, 10 – PADOVA



- 14.30 **Saluti e introduzione ai lavori**
- 14.40 **Quando il perfezionismo genera malessere. Presentazione del caso e lavori in piccoli gruppi**
Diletta Covre
- 15.40 **La conoscenza di sé con il biofeedback training**
Diletta Covre
- 16.10 **I benefici della respirazione, dello stato meditativo e del “distacco”**
Giuseppe Pastò
- 16.40 **La proposta formativa dell'Istituto**
Diletta Covre
- 17.10 **Approfondimento e discussione**
- 17.30 **Conclusione dei lavori**

Il workshop sarà tenuto dalla Dott.ssa Diletta Covre, psicologo e psicoterapeuta,
docente dell'Istituto e dal Dott. Giuseppe Pastò, Istruttore Federale Yoga.

*Ingresso libero per professionisti e studiosi, previa iscrizione tramite apposito form presente nel sito
www.psiop.it o via e-mail all'indirizzo info@psiop.it.
Esauriti i posti nell'Aula dell'evento, sarà possibile seguire i lavori in videoconferenza interattiva presso le
Aule adiacenti all'interno dell'Istituto.*