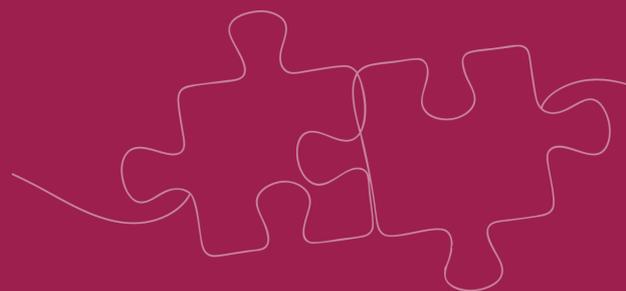


Ciclo di incontri online gratuiti rivolti alla popolazione

Cosa ne faccio di queste emozioni?



La Clinica Disturbi di Personalità presenta un ciclo di eventi online gratuiti. Gli eventi proposti hanno lo scopo di analizzare i vari aspetti legati alla difficoltà di gestire, controllare ed esprimere in modo appropriato le emozioni.

Gli interventi proposti sono rivolti a tutta la popolazione e sono condotti da psicologi - psicoterapeuti che fanno parte dell'equipe di lavoro della Clinica Disturbi di Personalità.

28 Aprile | Ore 19.00 | *Online* 

Genitori/familiari come diventare un sostegno per chi ha difficoltà a gestire le emozioni

16 Settembre | Ore 19.00 | *Online* 

Il rimuginio e la ruminazione e il loro impatto sulle emozioni

27 Maggio | Ore 19.00 | *Online* 

L'abuso di sostanze: una strategia di regolazione emotiva

21 Ottobre | Ore 19.00 | *Online* 

Mangia che ti passa: quando il cibo aiuta a regolare le emozioni

10 Giugno | Ore 19.00 | *Online* 

Quando gestire le emozioni diventa un problema

18 Novembre | Ore 19.00 | *Online* 

Che fatica le relazioni sociali... il meccanismo della dipendenza affettiva

24 Giugno | Ore 19.00 | *Online* 

La pratica della mindfulness come aiuto a regolare le emozioni

16 Dicembre | Ore 19.00 | *Online* 

Che stress! Come gestire le frustrazioni

15 Luglio | Ore 19.00 | *Online* 

Troppo controllo fa perdere il controllo



Registrati ora!

Scannerizza il QR code o vai al link qua sotto per iscriverti!

<https://www.stateofmind.it/clinica-disturbi-della-personalita-modena/webinar/>