



Relazioni efficaci



10 Incontri Manuela Ambrosini

Il corso si propone di accompagnare chi vive in contesti relazionali multi-sfaccettati a

riflettere sui propri vissuti emotivi e allenarci alla comunicazione ecologica

Questo corso permette di conoscere meglio i meccanismi delle emozioni e trasmette insegnamenti di comunicazione-ecologica. Noi siamo interconnessi e quando impariamo a dire le cose al momento giusto e nel modo giusto le nostre relazioni diventano migliori. Il corso si sviluppa in 5 incontri in modalità teorico-pratico: i contenuti teorici faranno da sfondo alla pratica.

In particolare, verranno utilizzate:

- tecniche COMUNICAZIONE ECOLOGICA
- tecniche di MEDITAZIONE E RESPIRO
- tecniche di VISUALIZZAZIONE
- tecniche di CONDIVISIONE

Date degli incontri: Dal 26 gennaio al 23 marzo – Giovedì ore 14.30 / 17.30

Costi e modalità di iscrizione: Ciclo di 10 incontri a 330€.

Corso in fase di accreditamento MIUR per “aggiornamento docenti”

Per info e iscrizioni scrivere a info@unipop-pistoia.it
o chiamare il numero 0573 / 760729

Manuela Ambrosini: Laureata in Giurisprudenza (2000) e in Scienze dell’Educazione (2021). È Professional Counselor con specializzazione in relazioni, insegnante in percorsi di crescita personale per adulti e insegna astrologia umanistica, hatha yoga, e meditazione.