

Che cosa hai nella testa?

Scopri cosa pensano gli altri... e cosa pensi tu davvero

Il laboratorio, attraverso attività di gruppo, stimoli, riflessioni condivise e co-costruzione di storie, intende promuovere la mentalizzazione, una competenza fondamentale per le relazioni interpersonali. Il focus è sull'autoconsapevolezza e sulla capacità di riconoscere e legittimare il proprio mondo interno e quello degli altri. Comprendere e "leggere" la mente propria e altrui per costruire relazioni più autentiche, stabili e soddisfacenti.

Informazioni pratiche

Modalità: in presenza

Durata: 8 ore complessive, articolate in 3 incontri

Dove: da definire

Quando: 18/2 e 25/02 dalle 15:30 alle 18:30; 04/03 dalle 16:30 alle 19:00

Partecipazione: gratuita a numero chiuso (*il corso sarà attivato al raggiungimento di un numero minimo di partecipanti*)

 **Iscriviti al laboratorio**

 [Modulo di iscrizione](#)