

# Le emozioni che ci aiutano a vivere

**Percorso esperienziale di gruppo  
un mercoledì al mese, dalle 15.00 alle 20.00**

**16 dicembre 2015**

**Informazioni e prenotazioni: 345 9264959**  
**approfondimenti: [www.spaziopsiche.com](http://www.spaziopsiche.com)**

con **Mario Rosaria Riccio**, psicologa specializzata in Terapia



Bioenergetico

**SEDE DEGLI INCONTRI**  
**MOZZECANE (VR)**  
**VIA SALVO D'ACQUISTO 5/D**

Mozzecane si trova tra Verona e Mantova, non lontano dal Lago di Garda e a 5/8 Km. dai caselli Autostradali di Nogarole Rocca (Brennero-Modena) e Sommacampagna (Milano-Venezia); è raggiungibile anche con la linea ferroviaria.



**Abbigliamento comodo**  
**Calze di spugna**  
**Matite colorate e album da disegno**

Tutti noi vorremmo assaporare pienamente la vita, sentirci più vivi, emozionarci di più, ma siamo spaventati: abbiamo tutti paura di mostrarci, di aprire il cuore, di essere rifiutati o feriti. Così cerchiamo di non sentire, di dominare le emozioni, imbrigliarle, controllarle.

Cosa succederebbe, che persone saremmo, come sarebbero le nostre relazioni se avessimo il coraggio di andare oltre la paura?

Il gruppo è un "cerchio di fiducia" all'interno del quale le persone possono trovare sostegno per aprirsi, confrontarsi con gli altri e approfondire aspetti di sé.

La consulenza di gruppo sarà integrata con attività creative ed espressive, fantasie guidate, esercizi bioenergetici per entrare più in contatto con i propri stati d'animo.