

Parola di counselor.

***Letizia Ciabattoni,
dottoressa in Psicologia
e Counselor, affronta
degli argomenti
apparentemente spinosi
con ironia e lungimiranza.***

***Un ciclo di incontri
per discutere insieme
di vita quotidiana,
declinata in aspetti
di cruciale importanza.***

***5 incontri
a cadenza mensile,
di mercoledì,
accompagnati da
letture avvincenti
e pungenti.***

PICCOLI LABIRINTI

Via Gramsci, 5
(Galleria Santacroce)
Parma
Tel. 0521 710003

info@piccolilabirinti.com
www.piccolilabirinti.com



I LABIRINTI DELLA MENTE

Parola di Counselor

**dal 10 gennaio
al 9 maggio 2018**

**PICCOLI
LABIRINTI**

EDITORI DI QUALITÀ



I LABIRINTI DELLA MENTE

Parola di Counselor

Chi è la dottoressa Letizia Ciabattoni?



Letizia Ciabattoni, dottoressa in Psicologia e Counselor, frequenta una scuola di *Psicoterapia sistemica familiare*, consegue un Master in *Counseling Umanistico Transpersonale* e uno in *Counseling di Coppia*. Fermamente convinta

che percorsi di crescita personale siano alla portata di chiunque e altamente stimolanti per una migliore conoscenza di se stessi e per ottenere capacità empatiche e relazionali esterne di qualità. Sta frequentando un Master in *Sessuologia e dinamica mentale di base*, materie nelle quali il collante è la creatività, una creatività da stimolare a livello cerebrale col fine ultimo di imparare pensieri positivi e non violenti, indispensabili per un adattamento continuo ai vari accadimenti della vita. Sviluppare la capacità di focalizzarsi nel presente con nuovi punti di vista, prospettive innovative, potrebbe rendere più semplice la riscoperta di un equilibrio interiore psico-fisico intra e inter-soggettivo. Vive e lavora a Parma.

MERCOLEDÌ 10 GENNAIO, ORE 19

Adolescenza o fantascienza?

QUANDO IL "PULCINO" CAMBIA LE PENNE PER TRAMUTARSI IN "AVVOLTOIO" E TU, GENITORE, non sai più a quale ancora di salvezza aggrapparti. Ambiguità, indipendenza, sessualità, isolamento e aggressività, diventano tutti sinonimi di adolescenza. Eppure, le "istruzioni per l'uso" ci sono, vanno solo codificate in maniera corretta. Parola di Counselor!

MERCOLEDÌ 14 FEBBRAIO, ORE 19

Sesso lessato!

RIVALUTARE IL SESSO ALL'INTERNO DELLA COPPIA NON È COSA FACILE. Taboo, morale e valori culturali hanno spesso plasmato la nostra idea di quello che sia lecito o meno fare tra le lenzuola del letto a due piazze. Risveglia l'erotismo e soffoca i pregiudizi in merito a tutto ciò che "al/la proprio/a partner si può chiedere e cosa invece debba restare di dominio degli amanti". Trasforma il sesso con il partner da lessato e scotto, in una fritturina mista friabile e stuzzicante. Ricorda che il sesso è un mezzo di comunicazione sacro all'interno della tua coppia. Parola di Counselor!

MERCOLEDÌ 14 MARZO, ORE 19

Orgoglio e pregiudizio, arma letale!

L'ORGOGGIO ARROGANTE, QUELLO GENERATO DAL RAGGIUNGIMENTO DEL SUCCESSO PERSONALE non per meriti personali, ma attraverso giochi di potere, uso dei propri beni, del denaro, del nepotismo, quello che più di ogni altra cosa può ridurre l'empatia, esacerbando così i pregiudizi contro le minoranze può essere gestito. L'orgoglio autentico, quello che viene dalla sicurezza di sé, quello che nasce dal duro lavoro per l'auto-realizzazione, può al contrario aiutare a ridurre il razzismo e l'omofobia e creare una fiducia tale da aumentare persino l'empatia e l'accoglienza verso l'ignoto e il "diverso".

Tutti gli eventi si terranno presso
la libreria **PICCOLI LABIRINTI**
Via Gramsci, 5
(Galleria Santacroce)
Parma



MERCOLEDÌ 13 APRILE, ORE 19

Morire è tremendo, ma l'idea di morire senza aver vissuto è insopportabile

(Erich Fromm)

L'ACCETTAZIONE DI UNA GRAVE MALATTIA O LA PERDITA DI UNA PERSONA CARA sono eventi dolorosi che suscitano emozioni profonde e provocano reazioni che possono toccare la sfera fisica, emotiva e mentale. È importante sapere quali cambiamenti fisici potrebbero avvenire, in modo da non spaventarsi e poter accogliere quanto accadrà. Tutti questi cambiamenti possono portare nelle persone momenti d'afflizione, originare sentimenti di colpa, rabbia, ostilità, incredulità, apatia e talora disperazione. In questo periodo è particolarmente importante ascoltare i propri sentimenti, accettarli e permettersi di viverli pienamente.

MERCOLEDÌ 9 MAGGIO, ORE 19

Dal punto di dei social

COME CI DESCRIVEREBBERO I SOCIAL CHE TANTO CONSUMIAMO SE POTESSE AVER VOCE IN CAPITOLO? L'intervista impossibile ai social più gettonati (Facebook, Instagram, Whatsapp, LinkedIn, Twitter). Amici o nemici? E se fossero meno tossici di quello che ci vogliono far credere? Quanto hanno migliorato la comunicazione tra umani e quanto hanno invece generato tante piccole isole deserte?