

# MESE DEL BENESSERE PSICOLOGICO

PRESENTA

## L'AUTOSTIMA: COS'È, COME SI COSTRUISCE

RELATORI: FERRANTINI DEBORA

Nel seminario si parlerà dell'autostima. Delle sue origini, di come si sviluppa e di come si modifica nel corso del tempo. Si farà riferimento al fatto che una buona autostima implica una buona conoscenza di sé e di quelle aree della nostra personalità che consideriamo centrali per una buona valutazione di noi stessi. Si parlerà poi di come è possibile intervenire sul proprio livello di autostima in età adolescenziale e adulta tenendo che ogni valutazione della propria persona ha necessariamente a che fare con l'espressione delle aree del sé e con la natura delle relazioni che intratteniamo.

Il seminario si terrà il 13/10/2016 alle 21:00 presso:

**Centro Civico 4**

Via Veronelli 2 - Sesto Fiorentino (FI)

La partecipazione all'incontro è a titolo gratuito ma è necessaria la prenotazione sul sito [www.sipap.it](http://www.sipap.it)

IN COLLABORAZIONE CON



CONFCOMMERCIO  
IMPRESE PER L'ITALIA

PROFESSIONI

SEMINARI GRATUITI SU TUTTO IL TERRITORIO  
E CONSULENZE GRATUITE TUTTO L'ANNO

PRENOTATI ON-LINE

VISITA IL SITO [WWW.SIPAP.IT](http://WWW.SIPAP.IT)



WWW.SIPAP.IT