



RITROVARE LE NOSTRE EMOZIONI

19.20 Gennaio 2019

CAGLIARI

Sappiamo che nessuna emozione = no vita.

Il cervello biologico non funziona senza emozione: ha bisogno assolutamente di queste.

Ci sono 2 cose da osservare. La prima è la **chimica del cervello**, il percorso che fa a livello chimico (ormonale) un'emozione.

Quando ci si innamora, per esempio. Incontrate una persona, in quel momento il cervello riceve una serie di stimoli (colori, odori, feromoni, ecc.) e fa scattare una serie di reazioni chimiche di cui non ci accorgiamo. La seconda volta che incrociamo la stessa persona, il cervello riparte con le stesse reazioni. E così via. Perché c'è un percorso già tracciato.

Se questo meccanismo lo conosciamo già, allora si ha la scelta.

La seconda cosa è quello che definiamo "**il rimpiazzo delle emozioni**".

Poiché il cervello non può vivere senza emozioni, se la sorgente di un'emozione si interrompesse, normalmente dovremmo essere morti. Ma per un meccanismo di sopravvivenza, il cervello è obbligato a rimpiazzare quella emozione originaria, con un'altra emozione, conflittuale.

Se conosciamo questo meccanismo, allora possiamo ritrovare l'emozione perduta.

Ad esempio, siamo innamorati di qualcuno che se ne va. Questo crea un conflitto e, automaticamente, il cervello rimpiazza questa emozione amorosa con un'altra, magari con tristezza o solitudine. Ma possiamo lavorare su questo e andare a recuperare l'emozione perduta, la possiamo riutilizzare sempre. Perché è nostra e a questo punto la possiamo chiamare talento.

In questo corso vedremo il percorso chimico dell'emozione, faremo degli esercizi pratici, in risentito, e vedremo l'applicazione di ciò nella nostra vita quotidiana.

Il cambiamento non è un gioco, è l'unica cosa che permette di sopravvivere e di risolvere ogni problematica.

Vi invito a un grande percorso emozionale che significa vivere pienamente la realtà al presente e le nostre emozioni. E questo lo possiamo chiamare intelligenza emozionale.

Il seminario sarà tenuto dal **Dott. Jean Claude Badard**, specialista e ricercatore nel campo della psicosomatica, delle malattie di gruppo, delle disfunzioni individuali e di gruppo. Interviene nel campo della psicosomatica e delle disfunzioni nei comportamenti biologici.

Orari: 09.00 – 13.00/14.30 – 18.00 circa.

Costo del seminario: 2 giorni € 250

Per iscriversi, inviare la presente scheda compilata via e-mail a: corsi@badard.eu

COGNOME/NOME

TELEFONO/CELLULARE

E-MAIL

