

Гнев и страх научат «укрощать» в центре психологической помощи на Павла Корчагина

19.07.2017

Бесплатный семинар «Укрощение строптивых эмоций. Часть 1 — гнев и страх» в среду, 26 июля, пройдет в участковом секторе «Алексеевский» Московской службы психологической помощи населению (МСППН). Как сообщили в администрации учреждения, занятие поможет повысить эмоциональную компетентность и зрелость.

- Семинар «Наши эмоции и чувства» поможет тем, кто испытывает сложности в распознавании своих чувств и владении ими. Участники семинара смогут получить новые знания о чувствах и эмоциях, особенностях их проявления и влияния на человека. Практические упражнения помогут прикоснуться к живому миру собственных чувств, развить в себе способность принимать свои эмоции и чувства, не деля их на «хорошие» и «плохие», «здоровые» и «нездоровые», научат управлять ими, - пояснили в администрации сектора «Алексеевский» МСППН.

Начало в 16.00. Вход свободный. Для участия в семинаре необходимо предварительно записаться по телефону 8 (495) 682-05-48.

Напомним, участковый сектор «Алексеевский» Московской службы психологической помощи населению находится по адресу: ул. Павла Корчагина, д. 14. (вт)

Адрес страницы: <http://alekseevsky.mos.ru/presscenter/news/detail/6502546.html>

[Управа района Алексеевский](#)