



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI SALERNO



Laboratorio di Regolazione Emotiva e Gestione dello Stress con BWM-T

*Si vuole favorire la comprensione delle emozioni per
migliorarne la gestione con focus al benessere psicologico*

Il laboratorio si propone di favorire la comprensione delle emozioni e migliorarne la gestione, con particolare attenzione al benessere psicologico generale dei partecipanti.

Dopo un'introduzione teorica, verranno fornite informazioni e tecniche della Brain Wave Modulation Technique (BWM-T). In particolare ci si focalizzerà sui fondamenti neuroscientifici della tecnica e sulla sua applicazione per favorire il rilassamento e il benessere.

START:

20 Marzo 2025

Responsabile laboratorio
Prof. Mauro Cozzolino

Numero minimo e massimo partecipanti: **10 - 25**
Durata: **2 mesi (marzo - maggio)**

Giorno e orario di erogazione del laboratorio:
giovedì dalle 09:30 alle 12:30

Luogo di svolgimento delle attività
**Laboratorio di Genomica Psicosociale, Psicoterapia Integrata
Mente-Corpo e Ipnos Dipartimento di Scienze Umane,
filosofiche e della Formazione
Università degli studi di Salerno**
Via Giovanni Paolo II, 132 - Fisciano

Preiscrizioni
Dal 28 febbraio al 14 Marzo 2025

iscriviti su

StaiChill.it