

Studio di Psicologia
Dott.ssa L. Costantino
Via M.D'Azeglio 2/D
25128 Brescia
030-6151949
328-5690880

I RELATORI

Dott.ssa Laura Costantino: Psicologa, Psicoterapeuta Ipnostista in formazione, esperta EMDR e Musicoterapeuta. Socia della Società Italiana dell'Ipnosi Clinica A.M.I.S.I. di Milano, attualmente è titolare di uno Studio di Psicologia di Brescia offrendo consulenze psicologiche e psicodiagnostiche, percorsi di rilassamento progressivo psicologico e gruppi di auto-aiuto per persone che soffrono di depressione, ansia e attacchi di panico. Organizza corsi di formazione e laboratori di musicoterapia. E' la psicologa referente dell'Associazione Buildabridge di Philadelphia che si occupa di progetti di arte-terapia nel mondo. E' autrice di diverse pubblicazioni sulla Musicoterapia della rivista "L'Offerta Vocale".

Dott.ssa Elena Gabrieli: dott.ssa in psicologia, Musicoterapeuta. Ha frequentato diversi corsi di Psico-oncologia e di Psicologia Olistica (con utilizzo di tecniche mente-corpo). Attualmente collabora presso lo Studio di Psicologia della Dott.ssa Laura Costantino, occupandosi di musicoterapia, corsi di training autogeno e rilassamento progressivo psicologico.

Giovanni Perretti: Counselor ad indirizzo Psicosintetico, Iscritto al Registro Italiano dei Counselor S.I.Co. (Società Italiana Counseling). N° A1357. Ha conseguito un Master in P.N.L. ed un Diploma in Bioterapie nella cura dei disturbi Psicici. Ha seguito il percorso triennale di Didattica presso lo studio del dott. Bruno Caldironi. Ha partecipato e diretto convegni, seminari, corsi di Psicosintesi.

Studio di Psicologia
Dott.ssa Laura Costantino
Via M.D'Azeglio 2/d
25128 BRESCIA

Tel.: 030/6151949
Cell: 328/5690880

info@studio-costantino.com
Www.studio-costantino.com

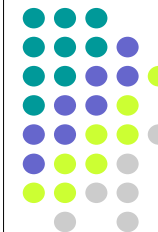
Ascoltare i segnali del corpo: l'Attacco di Panico come inizio di un cambiamento?



**Seminario gratuito di
discussione sul tema degli
attacchi di panico con
esperti professionisti**

Giovedì 13 Maggio 2010
ore 20.30

**presso la sede dello
Studio di Psicologia**



Attacco di panico : come superare il problema



In alcune città d'Italia circa il 10% soffre di attacchi di panico ripetuti, e una persona su tre ne ha avuto uno. La maggior parte delle persone colpite si rivolge ai farmaci, in molti casi rendendo cronico il male psicologico dei nostri tempi.



La ricerca clinica più avanzata conferma l'efficacia di un trattamento psicoterapico specificatamente orientato al superamento delle paure catastrofiche connesse agli episodi di panico, alla capacità di gestire le emozioni, le demoralizzazioni, alla desensibilizzazione dalle situazioni scatenanti ed al superamento del senso di fragilità personale.

Programma

1- Cos'è l'**ATTACCO DI PANICO**? Come lo riconosco?

2- **COSA FARE?**

- Perché cambiare?
- Fare una visita medica.
- Affrontare le situazioni temute.
- Conoscere la propria ansia.
- Leggere l'attacco di panico come segnale di un malessere.
- Gestire i sintomi fisici.
- Controllare la paura.

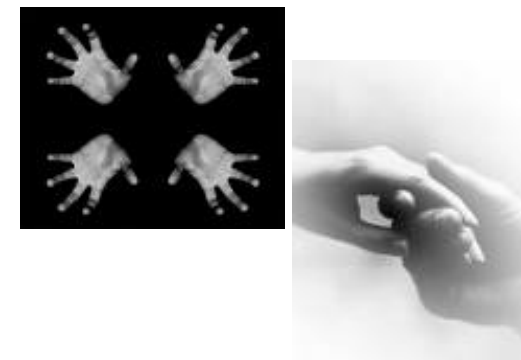


3- **DIVERSE STRATEGIE PER AFFRONTARE L'ATTACCO DI PANICO:**

- **PERCORSO DI MUSICOTERAPIA;**
- **TRAINING AUTOGENO;**
- **PSICOTERAPIA IPNOTICA ;**
- **PERCORSO DI PSICOSINTESI.**

L'incontro è gratuito. Per poter partecipare è necessario iscriversi telefonando in studio o mandando un'e-mail.

Numero massimo di partecipanti: 15.



Ascoltare i segnali del corpo: l'attacco di panico come inizio di un cambiamento?
Seminario gratuito di discussione sul tema degli attacchi di panico con esperti professionisti

IL SEMINARIO SI CONCLUDERÀ CON UN BUFFET FINALE

Studio di Psicologia
Dott.ssa Laura Costantino
Via M.D'Azeglio 2/d

Tel.: 030/6151949
Cell: 328/5690880

info@studio-costantino.com
www.studio-costantino.com