

RELAZIONI *e* ATTACCAMENTO

LA TERAPIA FOCALIZZATA SULLE **EMOZIONI EFT**

MESSA IN PRATICA



22 febbraio 2024

ore 15.00-17.00

Casa della Psicologia - Piazza Castello 2, Milano

L'INCONTRO

Un'occasione per conoscere ed esplorare la Terapia Focalizzata sulle Emozioni (EFT), un approccio psicoterapeutico efficace, che mette al centro la relazione e l'attaccamento.

Le Dott.sse **Irene Ratti** e **Daniela Ciriello**, supervisorie certificate in EFT, vi guideranno alla scoperta di una prospettiva originale, che vi permetterà di vivere nuove esperienze emotive e di facilitare la creazione di una connessione intensa e sicura con sé stessi e con gli altri.

Modalità: è prevista una parte teorica di presentazione del modello e un momento esperienziale con attivazioni di gruppo.

Destinatari: psicologi, psicoterapeuti e persone interessate.

L'incontro è gratuito. Si prega di registrarsi attraverso [questo link](#).

IL CONTESTO

Le relazioni sentimentali portano grande conforto e felicità, ma a volte diventano fonte di stress e dolore.

La Terapia Focalizzata sulle Emozioni (EFT) aiuta coppie, famiglie, individui ad imparare come gestire ed esprimere le emozioni in modo sicuro e positivo.

La **Terapia Focalizzata sulle Emozioni (EFT)** è un approccio psicoterapeutico umanistico ideato dalla Dott.ssa **Sue Johnson**, per lavorare con le coppie. Si basa sulla concettualizzazione del disagio coniugale, dell'amore e dell'attaccamento adulto, ed è stata validata da 35 anni di ricerche empiriche. Gli studi hanno rilevato che il 75% delle coppie passano dall'angoscia alla totale ripresa, e il 90% mostra miglioramenti significativi. Per questo la EFT **è la terapia d'elezione per il trattamento delle coppie**, e quella con maggior percentuale di successo.

con il patrocinio di



ORDINE
DEGLI PSICOLOGI
DELLA LOMBARDIA