



Autostima vizi e virtù: i vari volti della considerazione di sé

Incontro a cura del Dott. **Massimo Macchi**, Psicologo-Psicoterapeuta
(Ordine degli Psicologi della Toscana n.6383), tesoriere dell'Associazione Psicologi Psicoterapeuti Toscana (APPT)

Che cos'è l'autostima? Come si sviluppa? Perché un sano apprezzamento di sé è importante? Cosa succede se di questo tratto se ne abusa? Che effetto ha su noi stessi e sull'altro nel momento in cui l'autostima diventa ipertrofica?

L'autostima è la considerazione che un individuo ha di sé stesso. È il valore che le persone si attribuiscono nella vita in generale e nei vari contesti, si sviluppa attraverso variabili familiari, sociali e individuali. L'approvazione del proprio valore personale è una motivazione umana fondamentale e proprio per questo, a volte, può trasformarsi in eccesso.

Il seminario ha l'obiettivo di interrogarci sull'influenza che il livello di autostima ha sulla qualità di vita di ognuno di noi e, conseguentemente, cercare di riconoscere onestamente le proprie capacità e abilità senza trasformare in eccesso.

Ingresso libero fino ad esaurimento dei posti disponibili



Mercoledì

27 marzo 2019

ore 17-19

SALA BIGONGIARI

Biblioteca
San Giorgio

Via Pertini, Pistoia

Informazioni: Tel 0573 371600 www.sangiorgio.comune.pistoia.it

