

Come evitare di complicarsi la vita

«**DISCORSERIA** psicologica 2011»: nuovi eventi ad Arezzo della Nardone-Watzlawick onlus. Domani alle 18, incontro sul tema «Problemi ..., problemi ..., problemi. Come evitare di complicarsi la vita», nella sede del Centro di Terapia Strategica in piazza Sant'Agostino, 11 ad Arezzo. Ingresso gratuito.

Obiettivo dell'incontro sarà quello di descrivere come spesso le nostre abitudini e i nostri copioni comportamentali ci intrappolino, aggravando problematiche che potrebbero essere risolte in breve tempo. relatore è la dottoressa Elisa

Balbi, psicoterapeuta affiliata al Cts, volontaria Nardone Watzlawick Onlus.

«Una vecchia storia — così viene introdotto l'evento — racconta di un asino che quotidianamente percorrendo la stessa strada si imbatte su un masso caduto a interrompere il tragitto. Dopo una prima testata, l'asino pensa: forse alla prossima il sasso si romperà. Così un'altra volta si scontra e un'altra volta ancora fino a fracassarsi la testa piuttosto che cambiare l'abituale tragitto e evitare l'ostacolo passandoci attorno. E' proprio questo ciò che spesso succede di fronte alle difficoltà della vita».