

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ

ΚΑΤΑΘΛΙΨΗ & ΑΓΧΟΣ

“Υπουλοι εχθροί ή μεταμφιεσμένοι φίλοι;”



Όταν τίποτα δεν μοιάζει όπως πριν...

Όταν οι μέρες κυλούν ανυπόφορα αργά και οι στιγμές αδειάζουν από χαρές και όνειρα...

Όταν οι σκέψεις γεμίζουν εμμονές και τρόμο... και χάνονται γύρω σου τα χρώματα, οι μυρωδιές και οι γεύσεις...

Τότε που αισθάνεσαι τελείως μόνος... αφημένος σε μια γωνιά σαν ένα κομμάτι παζλ που έχει παραπέσει απ' το κουτί του και δεν ταιριάζει πια σε καμιά εικόνα... και η καθημερινότητα μοιάζει σαν ένα τούνελ σκοτεινό και έρημο, μέσα στο οποίο είναι αδύνατο να βρεις φως...

Τότε είναι η ώρα να σκεφτείς... γιατί;

Μην παραιτηθείς! Είναι μόνο ένα πέρασμα. Θα καταφέρεις να το περάσεις αν τολμήσεις. Οπλίσου μόνο με αντοχή και βρες τους κατάλληλους συμμάχους και τότε...

Όταν κάποτε όλο αυτό θα έχει περάσει...

Όση ασχήμια κι αν έχει αφήσει πίσω του...

Τότε θα έχεις βρει αυτό που από χρόνια είχες χάσει απλά δεν το 'ξερες ... **τον εαυτό σου!**

Συντονισμός: Βίκυ Λυτζεράκου, Ψυχοθεραπεύτρια
Τηλ. 210 2838433 & 6970125855