



2ª Eina per a la vida: ECOLOGIA EMOCIONAL (Eix Comunitat)

El passat **dissabte** 21 d'octubre vam emprendre a l'escola JOVIAT un viatge d'exploració al nostre interior, de la mà de M. Mercè Conangla, que juntament amb Jaume Soler, són reconeguts professionals en l'àrea de la psicologia, del creixement personal i de la gestió emocional, i són els creadors del Model Ecologia Emocional (2002).

La idea principal de l'Ecologia Emocional ens parla de dos mons dels quals en som responsables i cal que en tinguem cura, ja que són les dues cases on vivim: el nostre món interior i el Món com a planeta Terra. A partir d'aquesta nova consciència vam connectar amb la nostra nau **CAPA** i vam passejar per paisatges emocionals a fi d'adquirir o consolidar noves eines de gestió emocional.

Aquest Model d'ésser humà ens parla d'una persona **Creativa**, **Amorosa**, **Pacífica** i **Autònoma**, que assumeix la responsabilitat de la seva vida i escull ser part de la solució i no del problema. Un ésser conscient de que forma part d'un Tot i coneixedor que les seves accions generen un impacte en si mateix, en els altres i en el món.

A través d'aquest plantejament transformador vam poder navegar per alguns planetes emocionals des de noves perspectives.

Més informació a: <http://universjoviat.com/activitats-de-vida.php>



Foto de grup dels participants a la formació