

Palestra da sombra

A SOMBRA

O que nos irrita nos outros também existe dentro de nós.

Todos já sentimos irritação, julgamento ou rejeição em relação a alguém.

Às vezes é imediato, outras vezes vem acompanhado de uma pergunta incómoda:

“Porque isto me afeta tanto?”

O que nos incomoda fora nem sempre é apenas do outro.

Muitas vezes toca em partes nossas que preferimos não ver, não reconhecer ou não aceitar.

Esta palestra propõe uma reflexão acessível sobre essas zonas mais difíceis da experiência humana — não para culpar ou moralizar, mas para compreender melhor as nossas reações, relações e conflitos.

Uma conversa aberta ao público em geral, para quem se interessa por compreender o comportamento humano — o próprio e o dos outros.



Sábado, 28 de fevereiro de 2026



10h



Online

Apresentação: Rita Ribeiro

Membro Analista da SPPA / IAAP

Inscrições: www.sppa.pt