



UNIVERSITATEA „CONSTANTIN BRÂNCUȘI” DIN TÂRGU JIU

COMUNICAT DE PRESĂ

21.05.2026 | Târgu-Jiu

COMUNICAT DE PRESĂ

Universitatea „Constantin Brâncuși” din Târgu Jiu organizează conferința „De ce e atât de greu să ne simțim bine?”

Universitatea „Constantin Brâncuși” din Târgu Jiu invită studenții, cadrele didactice și publicul larg la conferința „De ce e atât de greu să ne simțim bine?”, un eveniment dedicat echilibrului interior, autocunoașterii și înțelegerii mecanismelor emoționale care influențează starea noastră de bine. Conferința va avea loc vineri, 22 mai 2026, începând cu ora 11:00, în Sala Amfiteatru „Auditorium Maximum”, situată în sediul Universității „Constantin Brâncuși” din Târgu Jiu, Strada Tineretului, nr. 4, etajul 4.

Invitata specială a evenimentului este Petra Dumitru, psiholog clinician și psihoterapeut integrativ E.A.I.P., care va aborda, într-un dialog deschis și aplicat, teme actuale legate de sănătatea emoțională, dificultățile interioare și relația pe care o avem cu noi înșine.

În cadrul conferinței vor fi discutate subiecte precum:

- motivele pentru care ne este uneori dificil să ne simțim bine;
- factorii emoționali și psihologici care influențează starea de echilibru;
- importanța autocunoașterii și a relațiilor sănătoase;
- instrumente practice pentru construirea unei vieți mai conștiente și mai echilibrate.

Evenimentul își propune să creeze un spațiu autentic de reflecție și dialog, într-o perioadă în care sănătatea emoțională devine o preocupare tot mai importantă pentru

societate. Conferința se adresează tuturor celor care își doresc să își înțeleagă mai bine propriile trăiri și să descopere resurse pentru o viață mai împlinită.