4 marca 2016r. kolejne z serii spotkań w ramach programu korekcyjno-edukacyjnego dla osób stosujących przemoc w rodzinie

W ramach programu korekcyjno-edukacyjnego dla osób stosujących przemoc w rodzinie odbywają się spotkania grupowe **w każdy piątek o godzinie 16:00** w sali **204** budynku Starostwa Powiatowego w Limanowej (ul. Józefa Marka 9, Limanowa).

W trakcie spotkań uczestnicy podejmują analizę swojego zachowania i funkcjonowania pod kątem stosowania agresji w kontaktach z innymi. Zwraca się uwagę na potrzebę respektowania praw innych osób. Jest to ważne w relacjach interpersonalnych. Warto pamiętać, iż myśli, uczucia i przekonania, należy wyrażać w sposób nie lekceważący uczuć i poglądów innych. Nabywanie umiejętności osiągania kompromisu bez poświęcania własnej godności i rezygnacji z uznawanych wartości w sytuacji konfliktowej pozwala uniknąć powstawania sporów, ostrych konfliktów i stosowania przemocy.

Udział w programie umożliwi wzrost samokontroli negatywnych emocji i zaprzestanie stosowania zachowań agresywnych, przemocowych w kontakcie z drugą osobą.

Program pozwali na zdobycie wiedzy o akceptowanych metodach rozładowania napięcia emocjonalnego, konstruktywnego wyrażania uczuć, rozwiązywania powstałych konfliktów w rodzinie, sąsiedztwie czy w miejscu pracy w oparciu o poszanowanie praw i godności drugiego człowieka.

Jeżeli potrzebujesz specjalistycznej pomocy i wsparcia zwróć uwagę na pomoc oferowaną przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej.

Dowiedz się więcej o programie. Nie zwlekaj! Zmień swoje życie! Przyjdź do siedziby tutejszego Centrum lub zadzwoń pod numer **(18) 3337 912.**