



Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej

29 kwietnia 2016r.- spotkanie w ramach programu korekcyjno-edukacyjnego

W dniu **29 kwietnia 2016r.** o godzinie **16:00** w sali konferencyjnej **204** budynku **B** Starostwa Powiatowego w Limanowej odbędzie się spotkanie w ramach programu ***korekcyjno-edukacyjnego skierowanego do osób dostrzegających trudności z samokontrolą emocji, mających problemy z przeżywaną złością i wykazujących zachowania agresywne.***

Serdecznie zapraszamy wszystkich zainteresowanych chcących podjąć pracę nad agresją własną w relacjach z innymi, osoby podejmujące kroki do zmiany swojego życia, a także osoby chcące poszerzyć posiadaną wiedzę z zakresu komunikacji interpersonalnej, asertywności, zasad zdrowego rozwiązywania sporów oraz sposobów radzenia sobie ze złością na kolejne **spotkanie organizowane w ramach programu korekcyjno-edukacyjnego.**

Udział w programie pozwoli m.in. na:

- uświadomienie czym jest przemoc i jakie są jej formy,
- rozpoznanie sygnałów ostrzegawczych zapowiadających zachowania przemocowe,
- nabycie nowych umiejętności służących rozwiązywaniu konfliktów, sporów w rodzinie bez użycia agresji,
- stworzenie planu bezpieczeństwa,
- naukę umiejętności partnerskiego układania stosunków w rodzinie, uczenie się korzystania z pomocy innych,
- naukę umiejętności konstruktywnego wyrażania uczuć, komunikowania swoich potrzeb.

Szczegółowe informacje pod numerem telefonu **(18) 33 37 912.**

Informacji udziela **Małgorzata Frączek.**