

Stowarzyszenie na Rzecz Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie "Niebieska Linia"
zaprasza

OSOBY DOZNAJĄCE PRZEMOCY

w rodzinach z problemem alkoholowym zamieszkałe w woj. mazowieckim
do udziału w warsztatach

Między mną a światem

9 września 2018 (niedziela) w godz. 9.00 – 15.00

Nasze otoczenie – rodzina, znajomi, współpracownicy – stale czegoś od nas oczekuje albo przynajmniej nam się wydaje, że tak jest. Często staramy się dostosować do tych oczekiwań, budujemy własny wizerunek w oparciu o to, czego – jak sądzimy – chcą inni. Wydaje nam się, że w ten sposób pozyskamy akceptację i sympatię. Ale czy na pewno? Czy nam to służy? A może zaproponować światu nasze warunki?

Planowanie przyszłości i budowanie celów w oparciu o zasoby osobiste

30 września 2018 (niedziela) w godz. 9.00 – 15.00

Czy przyszłość musi być wielką niewiadomą? Niekoniecznie - choćby dlatego, że mamy wpływ na budowanie jej wizji, takiej jaką chcielibyśmy, aby była. Określenie wizji preferowanej przez nas przyszłości wprowadza w życie pewien ład, pozwala tworzyć plany działania zgodnie z naszymi potrzebami. Niezbędna do tego jest umiejętność formułowania celów życiowych. Każdy może być skuteczny w tej materii, zwłaszcza wykorzystując swoje liczne zasoby ku temu.

Słowa mogą być oknami lub murami (Rosenberg) - sposób na dobrą relację?

28 października 2018 (niedziela) w godz. 9.00 – 15.00

Czasem, gdy rozmawiamy z naszymi bliskimi, znajomymi czy współpracownikami, wydaje nam się, że wiemy, co powie współmałżonek, dziecko, przyjaciel zanim wypowie pierwsze słowo. Często też my w tych rozmowach reagujemy nawykowo, wypowiadamy te same zdania. Czy w takiej rozmowie jest szansa wzajemnie się usłyszeć? Czy naprawdę mamy szansę dowiedzieć się, o co chodzi naszemu współrozmówcy i (co równie ważne) o co chodzi nam samym?

Warsztaty odbędą się w siedzibie Stowarzyszenia „Niebieska Linia”
ul. Jaktorowska 4, 01-202 Warszawa

Zapisy w biurze Stowarzyszenia:

Tel. 22 499 37 33 (pon. - pt. 9.00 - 15.00)

Wyprawa PoMOC – program pomocy dla osób doznających przemocy
w rodzinach z problemem alkoholowym. Edycja 2018
Zadanie dofinansowane ze środków budżetu Województwa Mazowieckiego