



WARSZTAT
powrót do godności

KOMUNIKACJA BEZ PRZEMOCY

Oferta skierowana jest do mieszkańców miasta st. Warszawy, osób doświadczających przemocy.

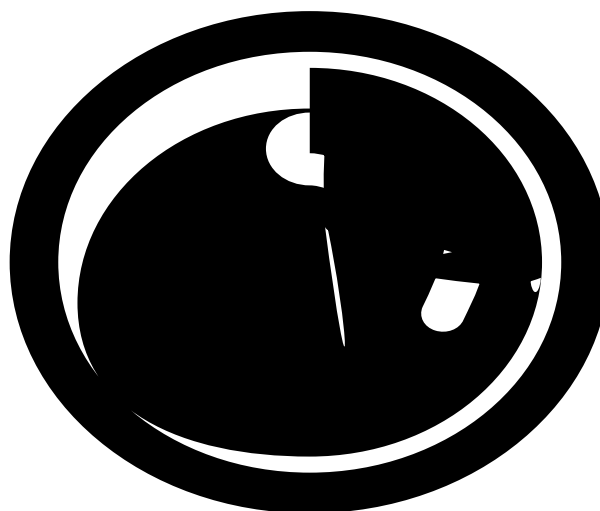
stowarzyszenie niebieska linia

dwie soboty
10 września
17 września

9:00 - 17:00

prowadząca
Agnieszka
Wolańczyk

stacjonarnie
ul. Jaktorowska 4



10 i 17

września 2022 odbędą się bezpłatne warsztaty „Komunikacja bez przemocy” dla mieszkańców Warszawy. Organizatorem zajęć jest Stowarzyszenie na Rzecz Przeciwdziałania Przemocy w Rodzinie „Niebieska Linia”.

Porozumienie bez Przemocy (NVC) jest to sposób komunikacji, który zakłada, że skupienie się na emocjach i potrzebach znacznie ogranicza przemoc w komunikacji z innymi osobami, a także wpływa na lepsze rozumienie siebie. Jest to podejście do siebie i innych, dzięki któremu możemy nawiązać bliskie i szczerze relacje.

Podczas warsztatu uczestnicy dowiedzą się:

- jaki sposób komunikacji umożliwi nam porozumienie,
- jak rozróżnić oceny/myśli od faktów,
- jakie znaczenie mają emocje i jak wpływają na zachowanie,
- jakie potrzeby kryją się za naszymi emocjami.

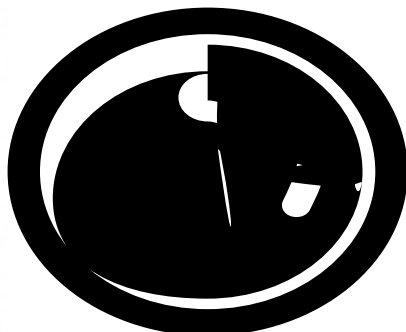
Na warsztat zaproszone są osoby mieszkające w Warszawie, które doświadczają/doznawały przemocy i są zainteresowane rozwojem osobistym.

Termin: Bezpłatny warsztat: „Komunikacja bez przemocy” odbywa się w dwie soboty: 10 i 17 września w godz. 9:00-17:00 przy ul. ul. Jaktorowskiej 4 w Warszawie.

Zapisy na warsztat: telefonicznie, poprzez biuro Stowarzyszenia pod numerem 22 499 37 33 lub poprzez wypełnienie formularza rejestracyjnego pod linkiem: <https://forms.gle/h4UYWBd9tXt8FC5i9>

Warunkiem niezbędnym jest odbycie jednorazowej konsultacji kwalifikującej do programu „Powrót do Godności”.

Projekt finansuje m.st. Warszawa.



Oprac. na podstawie informacji organizatora.