



Stowarzyszenie Na Rzecz Rozwoju Społecznego „Stricte”
z siedzibą w Szczecinie
CENTRUM ZDROWIA I ROZWOJU PSYCHICZNEGO

zaprasza na:

TRENING ASERTYWNOŚCI

Szkolenie obejmuje:

- naukę porozumiewania się z ludźmi łagodnie, stanowczo, bez lęku
- uzyskanie wiedzy na temat zasad komunikacji intra- i interpersonalnej
- asertywny monolog wewnętrzny
- naukę dbania o własne terytorium psychologiczne, reagowania na atak
- naukę konstruktywnego przyjmowania pochwał i krytyki
- pozyskanie umiejętności zdrowego wyrażania uczuć, radzenia sobie ze złością, poczuciem winy i krzywdy, wstydem

Uczestnicy otrzymają materiały oraz certyfikaty poświadczające udział w zajęciach warsztatowych.

Łącznie 20 godzin warsztatowych. Miejsc w grupie: 12

Soboty: 10.00-20.00, Niedziele: 10.00-20.00

Koszt: 300 zł

Trening odbędzie się w terminie: **16-17 stycznia 2010**

Zajęcia poprowadzi Błażej Karwat, z wykształcenia psycholog i socjolog. Posiada doświadczenie jako psycholog pracujący w placówce opiekuńczej, oddziale szpitalnym, praktyce psychologicznej, bieży sądowy. Ukończył szkolenie w zakresie terapii behawioralno-poznawczej oraz systemowej. Przygotowuje rozprawę doktorską z zakresu medycyny.

Koszt szkolenia 300 zł płatny przed rozpoczęciem zajęć.

Zgłoszenia do dnia 12 stycznia 2010.

Zgłoszenia należy nadsyłać pocztą na adres:

Stowarzyszenie Na Rzecz Rozwoju Społecznego „Stricte”
Centrum Zdrowia i Rozwoju Psychicznego
ul. Dworcowa 19, 70-203 Szczecin
z dopiskiem: Trening asertywności

Miejsce w grupie można zarezerwować za pośrednictwem poczty elektronicznej pisząc pod adres: stricte.szn@gmail.com

Warunkiem zakwalifikowania się do udziału w zajęciach jest uiszczenie płatności na konto bankowe Stowarzyszenia „Stricte” oraz nadesłanie zgłoszenia.

Proszę zapoznać się z **Warunkami udziału w szkoleniu Centrum Zdrowia i Rozwoju Psychicznego.**