

Urząd Miejski w Łomiankach

<https://lomianki.pl/pl/kalendarium-wydarzen/10487,Zadbaj-o-relacje-w-czasie-pandemii.html>
02.05.2024, 22:52

Strona znajduje się w archiwum.



**BEZPŁATNE
WARSZTATY
DLA RODZICÓW**

16.12.2020
GODZ. 19:00
WARSZTATY ONLINE
" ZADBAJ O RELACJE W CZASIE PANDEMII "

ZAPISY: kamila.urbanska@poczta.lomianki.pl
lub tel.: 516-768-500
Prowadzenie: EWA STRADOMSKA.
Trenerka komunikacji empatycznej, mediatorka w nurcie NVC,
bloggerka www.sluchacsercem.pl, fb: @SluchacSercem.

Szczegóły w kalendarium na stronie www.lomianki.pl
Sfinansowano ze środków ŁMP2020 Osiedla Buraków.



Zadbaj o relacje w czasie pandemii

online

16.12.2020 19:00

Dla dzieci: Nie

Bilety: Nie

Organizator:
Urząd Miejski w Łomiankach, Osiedle Buraków

Spotkanie Zadbaj o Relacje w pandemii.

Na warsztatach przyjrzymy się sytuacjom w konflikcie - jak się rodzi złość, co możemy zrobić gdy czujemy, że zaczynamy jej doświadczać, a także przyjrzymy się temu co osoba po drugiej stronie konfliktu może odczuwać, czego może potrzebować. Zrozumienie siebie i drugiej osoby może prowadzić do deeskalacji napięcia. Przyjrzymy się również jak można zadbać o kondycję emocjonalną w rodzinie, jakie są strategie na podtrzymanie poczucia dobrostanu wśród członków rodziny.

Obowiązują zapisy - ilość miejsc ograniczona.

[Następny Strona](#)