



Chci ovládnout vztek

víkendový skupinový program
pro muže, Brno



Hledáte bezpečný prostor, ve kterém se můžete bavit o svém vzteku bez odsouzení? Trápí vás vlastní vznětlivost, kvůli které trpí vaše vztahy s partnerkou či dětmi? Skupinový program Chci ovládnout vztek SPONDEA je tu pro vás.

**Změna je někdy těžká.
Jsme ale přesvědčeni o tom, že je možná.**

**Skupina tvoří podpůrné prostředí,
ve kterém můžete:**

- pochopit svůj vztek a najít k němu jiný vztah
- naučit se metody, jak zvládat svůj vztek
- porozumět tomu, jak lze řešit konflikty ve větším klidu
- sdílet své zkušenosti s muži, kteří mají podobný cíl – vytváření zdravějších vztahů

Skupina je pro max. 10 osob:

- setkání proběhnou v termínu: **29.–30. července, 26.–27. srpna, 7.–8. října**
- vždy 2 dny – sobota a neděle, v rozsahu 8 hodin za den
- víkendová setkání proběhnou pod vedením zkušených pracovníků
- je bezplatná a je nutné se zúčastnit většiny setkání

