



Centrum sociálních služeb

Centrum sociálních služeb Ostrava o.p.s.

RODINNÁ PORADNA

Program zaměřený na zvládnutí **A**gresivní chování v partnerských vztazích a v rodině

Používáte násilí k řešení situací?

Uvědomujete si, že vaše agresivní chování
není adekvátní a nevíte co s tím?

Zkoušel/a jste změnit své agresivní chování
a výsledek se nedostavil?

Komplikuje vám vaše agresivní chování
vztahy s partnerem či vztahy v rodině?

Chováte se agresivně jen v některých situacích?

Můžete nás kontaktovat:

Kde: Jahnova 12, Ostrava – Mar. Hory

Kdy: po, st, čt: 7:30 – 17:00 hod.

út: 7:30 – 15:30 hod.

Tel.: 599 455 120, 605 292 252

E-mail: agresevztazich@css-ostrava.cz

Web: www.css-ostrava.cz



Tento projekt byl realizován
za podpory Nadace OKD



MINISTERSTVO VNITRA
ČESKÉ REPUBLIKY

Program zaměřený na zvládnání Agrese v partnerských vztazích a v rodině

Agrese je chování, kdy člověk vědomě a záměrně ubližuje nebo omezuje jiného člověka, či poškozuje věci.

Agrese je spojena s emocemi, má vrozený základ, ale její intenzita a forma jsou do značné míry naučené během života člověka.

Agrese umožňuje uplatnit moc nad jiným jedincem a dosahovat svých cílů bez ohledu na okolí.

Agrese nemusí být jen destruktivní a ničivá, ale může být i prospěšná (např. soutěživost, motivace k výkonu, hra). Důležitá je její intenzita a záměr.

Vlastnímu agresivnímu chování obvykle předchází:

- pocit hněvu, strachu a úzkosti
- pocit bezmoci
- zklamání v určitém očekávání
- prožitek křivdy a nespravedlnosti
- prožitek ponížení
- celková větší zátěž spojená se zvýšenou dráždivostí

Tým odborníků složený z psychologů, terapeutů a sociálních pracovníků je připraven poskytnout Vám účinnou pomoc formou:

- individuálních terapií
- párových terapií
- sociálně-právního poradenství

Do programu můžete vstoupit:

- na základě vlastního rozhodnutí
- ve spolupráci s dalšími institucemi (Policie ČR, Probační a mediační služba, oddělení sociálně – právní ochrany dětí aj.)
- v případě, že jste byl/a vykázáný/á
- v době, kdy je zahájeno trestní řízení nebo trestní stíhání (v případech domácího násilí)

Služby jsou bezplatné a diskrétní