



SOS centrum Diakonie ČCE
Belgická 22, Praha 2
blízko nám. Míru, metrem trasa A
tramvaje č. 4, 10, 16, 22

Naše telefonní čísla:

222 514 040

222 521 912

777 734 173

728 047 416

e-mail: agresevevztazich@diakoniecce.cz

www.soscentrum.cz



Tento projekt vznikl za podpory
Ministerstva vnitra ČR

**Máte potíže se zvládnutím
své agrese ve vztazích?**

Můžeme vám pomoci.



- ☐ Nevládáte svou agresi vůči partnerovi/partnerce nebo blízkým?
- ☐ Bojí se vás partner/ka nebo další členové rodiny?
- ☐ Máte někdy strach sám/sama ze sebe?
- ☐ Stává se vám, že nemáte projevy svých emocí pod kontrolou?
- ☐ Nechtěl/a jste použít násilí, ale už jste nevěděl/a, jak situaci jinak řešit?
- ☐ Chováte se agresivně, když si dáte nějaký alkohol?
- ☐ Ve skutečnosti jste nechtěl/a ublížit, ale vymklo se vám to z rukou?
- ☐ Míváte kvůli svému chování pocitu viny a chtěl/a byste ho změnit?
- ☐ Byl/a jste vykázán/vykázána?

www.soscentrum.cz

Možná to byl pocit bezmoci, který Vás dohnal k násilnému jednání. Možná svých činů litujete a přejete si víckrát je neopakovat. A možná se Vám to vždy znovu vymkne z rukou.

Nevzdávejte to.

Tým odborníků Vám poskytne psychologickou pomoc se zvládáním Vaší agrese. Zkuste vyhledat odbornou pomoc včas a nečekat, až se situace vyhroťí.

Program zaměřený na zvládání agrese ve vztazích nabízí

- možnost prvního kontaktu přes e-mail
- telefonické konzultace – každý pracovní den mezi 9. a 20. hodinou
- individuální terapeutický program zaměřený na zvládání agrese - po předchozím telefonickém objednání
- skupinový terapeutický program zaměřený na zvládání agrese – při dostatečném počtu zájemců

Všechny uvedené služby jsou bezplatné a anonymní.