



ΕΠΙΤΡΟΠΗ
ΔΙΑ ΒΙΟΥ
ΜΑΘΗΣΗΣ



ΚΥΚΛΟΣ ΜΑΘΗΣΗΣ 2017-18

ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ



ΣΚΟΠΟΣ

*Αναζήτηση
τρόπων
βελτίωσης
των σχέσεων της
ζωής μου*

**ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ, ΟΡΓΑΝΩΣΗ, ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ ΤΟΥ ΚΥΚΛΟΥ
ΜΑΘΗΣΗΣ :**



ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΕΛΠΙΔΑ

Υπεύθυνη Επικοινωνίας : Βάσω Ασκητοπούλου

E-mail : kpelpida@gmail.com

ΣΤΟΧΟΙ :

- **Ορισμός και σημασία των ανθρωπίνων σχέσεων:** ποιες είναι οι σχέσεις της ζωής μου σήμερα, πώς με επηρεάζουν, τι σημαίνουν για μένα
- **Αναζήτηση των δυσκολιών** στις σχέσεις μου και **των τρόπων δημιουργικής διαχείρισής τους**
- **Αναγνώριση του οφέλους υγιών σχέσεων:** πότε οι σχέσεις μου με τους άλλους είναι υγιείς, τι επίδραση έχει σε μένα και στους άλλους μια υγιής σχέση μέσα από τους πολλαπλούς ρόλους της ζωής μου (παιδί, γονιός, εργαζόμενος, μέλος της σύγχρονης κοινωνίας κλπ).

Ο ΚΥΚΛΟΣ ΜΑΘΗΣΗΣ ΑΠΕΥΘΥΝΕΤΑΙ ΣΕ ΕΝΗΛΙΚΟΥΣ ΔΗΜΟΤΕΣ ΘΕΡΜΗΣ:

- Απόφοιτους κάθε εκπαιδευτικής βαθμίδας.
- Ανεξάρτητα από την ηλικία και την εργασιακή τους κατάσταση.
- Με μόνο προαπαιτούμενο τη διάθεση τους για αυτοβελτίωση.

ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΕΣ ΘΕΜΑΤΙΚΕΣ ΕΝΟΤΗΤΕΣ

- **Επικοινωνία :** Το βασικό εργαλείο στο χτίσιμο και διατήρηση μιας υγιούς σχέσης
- **Εμπιστοσύνη :** Βασικό συστατικό των ανθρώπινων σχέσεων.
- **Διαχείριση κρίσεων :** Αφορμή για στασιμότητα και ευκαιρία για αλλαγή νοοτροπίας και αξιών .
- **Διαχείριση συγκρούσεων :** αξιοποιώντας την θετικά μέσα στη σχέση.
- **Λήψη αποφάσεων :** συνώνυμο της υπευθυνότητας και της ωριμότητας.