

Тренинг «Личные границы. Как не раствориться в других?» проведут в библиотеке №146

18.11.2016

В библиотеке №146 19 ноября проведут тренинг под названием «Личные границы. Как не раствориться в других?». Об этом рассказали сотрудники учреждения.

Пришедшим на мероприятие ответят на вопрос: почему так важны личные границы и для чего они нужны человеку. Гости попробуют понять, когда их собственное пространство нарушают другие. При помощи различных техник на тренинге изучат личные границы и его пределы. Также жители узнают, как уметь говорить «нет» и для чего это нужно.

Ведущий тренинга — дипломированный детский и семейный психолог с многолетним стажем работы Нина Левыкина.

Начало в 11:00.

Библиотека №146, напомним, находится по адресу: улица Генерала Белова, дом 29, корпус 3. Задать интересующие вопросы можно по телефону: 8 (495) 393-00-32. Телефон для записи на мероприятие: 8 (903) 517-92-60.

Фото: со [страницы библиотеки №146 во «ВКонтакте»](#)

Адрес страницы: <http://sevrehovo-borisovo.mos.ru/presscenter/news/detail/4230534.html>

[Управа района Орехово-Борисово Северное](#)