

**HARMONOGRAM TRENINGU UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH / KOMPETENCJI RODZICIELSKICH**

<b>L. p.</b>	<b>Data</b>	<b>Tematyka</b>
<b>1</b>	07 marca 2023	<b>Zajęcia integracyjne</b>
<b>2</b>	14 marca 2023	<b>Asertywność i komunikowanie własnych emocji</b>
<b>3</b>	21 marca 2023	<b>Empatia</b>
<b>4</b>	28 marca 2023	<b>Umiejętność współpracy z innymi</b>
<b>5</b>	04 kwietnia 2023	<b>Komunikacja interpersonalna</b>
<b>6</b>	11 kwietnia 2023	<b>Komunikacja interpersonalna</b>
<b>7</b>	18 kwietnia 2023	<b>Radzenie sobie w sytuacjach konfliktowych</b>
<b>8</b>	25 kwietnia 2023	<b>Radzenie sobie w sytuacjach konfliktowych</b>
<b>9</b>	09 maja 2023	<b>Radzenie sobie z negatywnymi emocjami</b>
<b>10</b>	16 maja 2023	<b>Radzenie sobie z negatywnymi emocjami</b>
<b>11</b>	23 maja 2023	<b>Redukowanie napięcia i stresu</b>
<b>12</b>	30 maja 2023	<b>Zakończenie/zamknięcie grupy</b>