

## SZKOLENIA REALIZOWANE W ROKU 2022 W RAMACH KAMPANII PT.: „DOBRE, ŻE JESTEŚ”

### SZKOLENIA DLA SZKOLNYCH LIDERÓW POMOCY – **TYLKO DLA UCZNIÓW GDYŃSKICH SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH**

L.P.	Osoba prowadząca	Data szkolenia	Godzina szkolenia	Temat szkolenia	Link do szkolenia
1	Małgorzata Zdrojewska	28.02.2022	19:00 – 20:30	Sposoby pomocy i rozmowy z osobą, u której podejrzewamy depresję	<a href="https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u1-sposoby-pomocy-i-rozmowy">https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u1-sposoby-pomocy-i-rozmowy</a>
2	Małgorzata Zdrojewska	07.03.2022	19:00 – 20:30	Depresja u osób z Zespołem Aspergera	<a href="https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u2-depresja-u-osob-z-zespolem-aspergera">https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u2-depresja-u-osob-z-zespolem-aspergera</a>
3	Małgorzata Zdrojewska	14.03.2022	19:00 – 20:30	Ochrona swojego zdrowia psychicznego - jak dbać o odporność psychiczną	<a href="https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u3-ochrona-swojego-zdrowia-psychicznego">https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u3-ochrona-swojego-zdrowia-psychicznego</a>
4	Małgorzata Zdrojewska	21.03.2022	19:00 – 20:30	Budowanie poczucia własnej wartości	<a href="https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u4-budowanie-poczucia-wlasnej-wartosci">https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u4-budowanie-poczucia-wlasnej-wartosci</a>
5	Małgorzata Zdrojewska	28.03.2022	19:00 – 20:30	Style osobowości utrwalające myśli depresyjne i lęk	<a href="https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u5-style-osobowosci-utrwalajace-mysli-depresyjne-i-lek">https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u5-style-osobowosci-utrwalajace-mysli-depresyjne-i-lek</a>
6	Małgorzata Zdrojewska	05.04.2022	19:00 – 20:30	Wysoka wrażliwość - osoby, które czują za bardzo	<a href="https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u6-wysoka-wrazliwosc-osoby-ktore-czuja-za-bardzo">https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u6-wysoka-wrazliwosc-osoby-ktore-czuja-za-bardzo</a>
7	Małgorzata Zdrojewska	12.04.2022	19:00 – 20:30	Zachowania asertywne - zdrowa pewność siebie i samoakceptacja	<a href="https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u7-zachowania-asertywne-zdrowa-pewnosc-siebie-i-samoakceptacja">https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u7-zachowania-asertywne-zdrowa-pewnosc-siebie-i-samoakceptacja</a>
8	Małgorzata Zdrojewska	26.04.2022	19:00 – 20:30	Po co nam trudności życiowe i jak sobie z nimi radzić	<a href="https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u8-po-co-nam-trudnosci-zyciowe-i-jak-sobie-z-nimi-radzic">https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u8-po-co-nam-trudnosci-zyciowe-i-jak-sobie-z-nimi-radzic</a>
9	Małgorzata Zdrojewska	09.05.2022	19:00 – 20:30	Szantaż emocjonalny - jak się obronić przed manipulacją i wykorzystywaniem	<a href="https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u9-szantaz-emocjonalny-jak-sie-obronic-przed-manipulacja-i-wykorzystywaniem">https://fundacjabamomojzasieg.clickmeeting.com/u9-szantaz-emocjonalny-jak-sie-obronic-przed-manipulacja-i-wykorzystywaniem</a>