

Zapraszamy do udziału w kontynuacji cyklu "SENSytywnych rozmów".
Kolejna audycja na żywo w programie "**NOCNE ŚWIATŁA**" (Nagroda TOTUS '17) w RADIO PLUS,
z udziałem Alicji Kuczyńskiej - Kraty, autorki i realizatorki projektu "SENSytywni.pl",
już **we wtorek 01 czerwca 2021.**



SENSytywni.pl - Rozmawiajmy!

SENSytywne rozmowy w czasie przemian

JAK DOGADAĆ SIĘ Z WEWNĘTRZNYM DZIECKIEM

Radio Plus - "NOCNE ŚWIATŁA"

01. 06. 2021 godz. 23:00 - 1:00

SENSytywni.pl - Rozmawiajmy!

SENSytywne rozmowy w czasie przemian

Tym razem proponujemy temat:

JAK DOGADAĆ SIĘ Z WEWNĘTRZNYM DZIECKIEM

Rozmawiać będą:

- autor programu "Nocne Światła": **Paweł Krzemiński**
- mediator/supervisor, trener komunikacji empatycznej i umiejętności mediacyjnych,
terapeuta relacji, poetka: **Alicja Kuczyńska - Krata**

Udział - jak zwykle dobrowolny! W komfortowych warunkach możecie słuchać nas w swoich własnych domach w godzinach 23:00 - 1:00. Słuchać, i komentować, zadawać pytania, dzielić się własnymi refleksjami na stronie Radio Plus na facebooku:

<https://www.facebook.com/PlusRadio/>

Słuchać nas będzie można także online:
<http://www.radioplus.pl/player> Radio Plus Polska

Link do wydarzenia na facebooku:
<https://www.facebook.com/events/2938356616483696?ref=newsfeed>

Poprzednie audycje z cyklu "SENSytywnych rozmów w czasach zarazy" dostępne w archiwum audycji "Nocne Światła" na stronie www Radia Plus:

1 kwietnia 2020

JAK ODKŁAMAĆ SWOJE "JA", CZYLI PRIMA APRILIS NA POWAŻNIE.

http://www.radioplus.pl/program-czytaj/1036/132350/nocne_swiatla_1_iv_2020

2 kwietnia 2020

O CO CHODZI W RELACJACH, CZYLI JAK NIE ZMARNOWAĆ PRZYMUSOWEGO CZASU W DOMU.

http://www.radioplus.pl/program-czytaj/1036/132502/nocne_swiatla_2_iv_2020

6 kwietnia 2020

RAZEM CZY OSOBNO? JAK WSPÓLDZIAŁAĆ ORAZ POKIEROWAĆ WŁASNYM ROZWOJEM W CZASIE PANDEMII.

http://www.radioplus.pl/program-czytaj/1036/132575/nocne_swiatla_6_iv_2020

20 kwietnia 2020

MIŁOŚĆ I ZWIĄZKI OSÓB WYSOKO WRAŻLIWYCH.

http://www.radioplus.pl/program-czytaj/1036/133189/nocne_swiatla_20_iv_2020

30 kwietnia 2020

GRANICE EMOCJI. MIĘDZY AGRESJĄ A EMPATIĄ.

http://www.radioplus.pl/program-czytaj/1036/133885/nocne_swiatla_30_iv_2020

7 maja 2020

ZŁOŚĆ, AGRESJA, PRZEMOC W DOŚWIADCZENIACH OSÓB WYSOKO WRAŻLIWYCH.

http://www.radioplus.pl/program-czytaj/1036/134298/nocne_swiatla_7_v_2020

13 maja 2020

JAK OPANOWAĆ NERWY I OBRONIĆ SIĘ PRZED PORWANIEM EMOCJONALNYM.

http://www.radioplus.pl/program-czytaj/1036/134493/nocne_swiatla_13_v_2020

21 maja 2020

CHCĘ CZY MUSZĘ, CZYLI. JAK ŻYĆ W ZGODZIE ZE SWOIMI POTRZEBAMI.

http://www.radioplus.pl/program-czytaj/1036/135017/nocne_swiatla_21_v_2020

28 maja 2020

POTRZEBY - MOJE, TWOJE CZY WSPÓLNE? OD KONFLIKTU DO WSPÓŁPRACY.

http://www.radioplus.pl/program-czytaj/1036/135350/nocne_swiatla_28_v_2020

10 czerwca 2020

W PUŁAPCE EMOCJI. JAK PRZESTAĆ LECZYĆ PARTNERA, A ZACZAĆ ZMIANY OD SIEBIE.

http://www.radioplus.pl/program-czytaj/1036/135882/nocne_swiatla_10_vi_2020

**Audycje z kontynuacji cyklu pt. "SENSytywne rozmowy w czasie przemian"
dostępne w archiwum audycji "Nocne Światła" na stronie www Radia Plus:**

14 września 2020

JAK ZAPEWNIĆ SOBIE POCZUCIE BEZPIECZEŃSTWA, GDY ZAWODZĄ NASZE PLANY I STRATEGIE. JAK PORADZIĆ SOBIE ZE ZMIANAMI W SYTUACJACH BUDZĄCYCH NIEPEWNOŚĆ JUTRA.

http://www.radioplus.pl/program-czytaj/1036/139213/nocne_swiatla_14_ix_2020

7 października 2020

JAK SAMODZIELNIE MYŚLEĆ, I NA CZYM SIĘ OPIERAĆ, GDY MAMY ZROBIĆ COŚ WAŻNEGO. JAK PODEJMOWAĆ AUTONOMICZNE DECYZJE WOBEC NATŁOKU SPRZECZNYCH SYGNAŁÓW Z ZEWNĄTRZ.

http://www.radioplus.pl/program-czytaj/1036/140212/nocne_swiatla_7_x_2020

18 listopada 2020

JAK NIE ULEGAĆ OPINIOM INNYCH OSÓB I NIE PREJMOWAĆ SIĘ NIMI.

http://www.radioplus.pl/program-czytaj/1036/141868/nocne_swiatla_18_xi_2020

2 grudnia 2020

JAK BRAĆ ODPOWIEDZIALNOŚĆ ZA SWOJE EMOCJE I PRZESTAĆ PRZERZUCAĆ JĄ NA INNYCH.

http://www.radioplus.pl/.../142412/nocne_swiatla_2_xii_2020

13 stycznia 2021

JAK DEMASKOWAĆ UKRYTĄ AUTODESTRUKCJĘ I DZIAŁAĆ NA RZECZ WŁASNEGO DOBRA ORAZ UZDROWIENIA RELACJI MIĘDZYPOKOLENIOWYCH.

http://www.radioplus.pl/.../143851/nocne_swiatla_13_i_2021

03 lutego 2021

JAK ZADBAĆ O SIEBIE, BY NIE ULEGAĆ NIECHCIANYM RADOM I POUCZENIOM OD INNYCH.

http://www.radioplus.pl/.../144718/nocne_swiatla_3_ii_2021

02 marca 2021

JAK ZADBAĆ O WŁASNĄ GODNOŚĆ, BY JEDNOCZEŚNIE NIE ODBIERAĆ JEJ INNYM.

http://www.radioplus.pl/program-czytaj/1036/145821/nocne_swiatla_2_iii_2021

21 kwietnia 2021

JAK ZADBAĆ O SIEBIE, GDY BOLEŚNIE DOTKNIE NAS KRYTYKA, KŁAMSTWO, OSKARŻENIA LUB ODRZUCENIE.

http://www.radioplus.pl/program-czytaj/1036/147615/nocne_swiatla_21_iv_2021

12 maja 2021

JAK ZAOPIEKOWAĆ SIĘ SOBĄ BĘDĄC W STRESIE

http://www.radioplus.pl/program-czytaj/1036/148417/nocne_swiatla_12_v_2021