

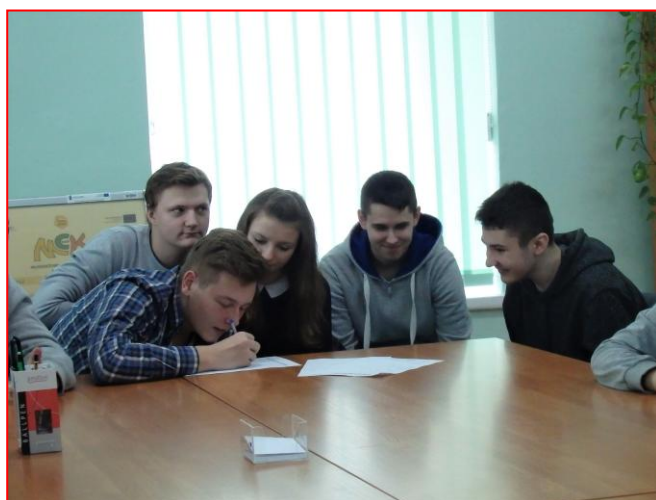


Asertywność to nie tylko sztuka mówienia „Nie”, ale również sztuka mówienia „Tak” swoim potrzebom i uczuciom, z szacunkiem dla siebie i innych. Każdy ma prawo do wyrażania siebie. Jest to umiejętność niezbędna do funkcjonowania w dzisiejszych czasach. Warto więc dowiedzieć się czy możliwe jest wypracowanie tej cechy u siebie.

To motto było hasłem przewodnim warsztatów

zorganizowanych w dniu 23 lutego 2017 roku w Młodzieżowym Centrum Kariery OHP w Staszowie skierowanych do uczniów z Zespołu Szkół Ekonomicznych im. Jana Pawła II w Staszowie.

Celem warsztatów było wypracowanie mapy asertywności, która ukazała młodym ludziom istotę asertywności oraz sposoby wykorzystania jej w sytuacjach dnia codziennego. Doradca zawodowy zaproponował uczestnikom serię ćwiczeń, sprawdzających czy potrafią być asertywni w różnych sytuacjach życiowych oraz nad czym warto jeszcze popracować. Młodzież zdała sobie sprawę jak ważną rolę w obecnych czasach spełnia asertywne podejście do wielu aspektów oraz jak znajomość zasad i postaw związanych z tym pojęciem w dużym stopniu przyczynia się do budowania właściwych ścieżek kariery.



*Autor testu: Agnieszka Siuda*

*Autor zdjęć: Agnieszka Siuda, uczestnik spotkania*

*Uczestnicy treningu  
asertywności w Staszowie*

