Lekcja wychowawcza IV-VIII.

Temat: Asertywność- trudna sztuka odmawiania.

Asertywność to:

* umiejętność wyrażania opinii, [krytyki](https://pl.wikipedia.org/wiki/Asertywna_krytyka), [potrzeb](https://pl.wikipedia.org/wiki/Potrzeba), życzeń, [poczucia winy](https://pl.wikipedia.org/wiki/Poczucie_winy),
* umiejętność [odmawiania](https://pl.wikipedia.org/wiki/Asertywna_odmowa) w sposób nieuległy i nieraniący innych,
* umiejętność przyjmowania krytyki, ocen i pochwał,
* autentyczność,
* elastyczność [zachowania](https://pl.wikipedia.org/wiki/Zachowanie),
* świadomość siebie (wad, zalet, opinii),
* empatia,
* stanowczość,
* umiejętność samooceny

Proszę Was, abyście zapoznali się z tym krótkim filmikiem na temat asertywności- link poniżej.

<http://scholaris.pl/zasob/109951>