

MODUŁ „ASERTYWNOŚĆ”

Młodym ludziom asertywność często myli się z agresywnością. Chcąc bronić swoich praw nie zważają na to, co czują i myślą inni. Część młodzieży wycofuje się z takiego układu reagując biernością i uległością. Młodzież także tutaj uczy się stawiania granic, wyważonych reakcji i korzystania z szerokiego spektrum możliwych zachowań, nie zaś tylko z jego wąskiego wycinka. Scenariusze do powyższego modułu skupiają się na pomocy młodzieży w określaniu, co jest, a co nie jest właściwym zachowaniem oraz na różnorodnym ćwiczeniu prawidłowych komunikatów i postaw w codziennych, życiowych sytuacjach.

Poprzez udział w zajęciach uczestnicy:

- będą wiedzieli, że podstawą asertywności jest świadomość własnych praw i przestrzeganie praw innych;
- będą umieli rozróżnić zachowania asertywne, bierne i agresywne;
- dokonają analizy własnego zachowania pod kątem umiejętności asertywnego zachowania;
- udoskonalą swoje umiejętności w zakresie stosowania asertywnego zachowania w codziennych sytuacjach.