

## **Czym jest asertywność?**

- Jak skutecznie komunikować się w sytuacji różnic poglądów i nacisków respondenta lub agresora?
- Jak stawiać sprawy jasno, uczciwie oraz stanowczo podczas wyrażania swoich uczuć, postaw i opinii?
- Jak dbać o własne interesy bez poczucia winy?
- Jak konstruktywnie przekazywać informacje zwrotne i krytyczne?
- Jak rozwiązywać sytuacje trudne i konfliktowe?

Wspólnie zastanowimy się nad tymi pytaniami na spotkaniu warsztatowym w sobotę 3 marca 2012 r. od godziny 9.00 do 13.00.

Serdecznie zapraszam Maturzystów i wszystkich zainteresowanych.

Agnieszka Gietner – trener grup edukacyjnych i rozwojowych,  
muzykoterapeuta.