

WARSZTATY W CZERSKU

Już na samym początku 2023 roku mieliśmy okazję pracować w terenie. 4 i 11 stycznia na zaproszenie Szkoły Podstawowej nr 1 w Czersku psycholog PPP – Justyna Kornaś – odbyła 4 spotkania z klasami piątymi w ramach warsztatów:

„Jak być sobą i chronić swoje granice, czyli sztuka asertywności w świecie realnym i wirtualnym.”

Celem 1,5 – godzinnych zajęć było poszerzenie wiedzy na temat technik asertywności oraz nabycie umiejętności asertywnego reagowania w różnych sytuacjach w życiu realnym i wirtualnym.



Każda klasa pracowała aktywnie i z zaangażowaniem. Uczniowie chętnie dyskutowali o przykładach naruszania granic drugiego człowieka, z ciekawością zapoznawali się z technikami asertywności oraz ćwiczyli asertywność w praktyce przez odgrywanie scenek z życia codziennego. Oczywiście nie zabrakło także czasu na dzielenie się własnymi doświadczeniami, przemyśleniami i refleksjami.

Życzymy powodzenia we wdrażaniu asertywnej postawy na co dzień! ☺

Justyna Kornaś – psycholog PPP Chojnice



