



Erasmus+



MENTOR – MENTORAT PENTRU CARIERA DIDACTICĂ

Proiect numărul:

2014-1-PL01-KA200-003335

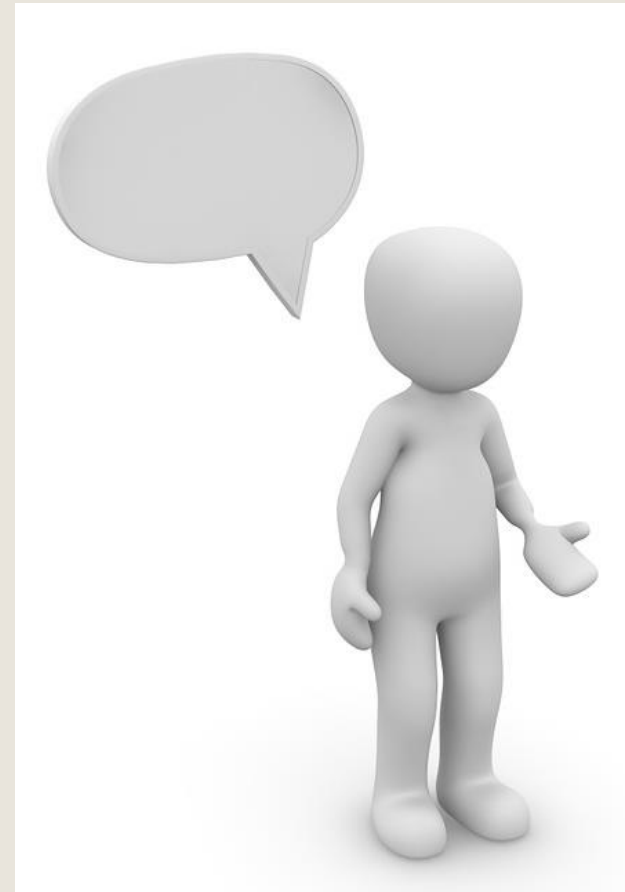
Acest proiect a fost finanțat de Uniunea Europeană. Acest material reflectă exclusiv punctul de vedere al autorului, Comisia Europeană sau Fundația Rozwoju Systemu Edukacji – Agenția Națională Erasmus+ Polonia nu răspund pentru nici o utilizare eventuală a informațiilor conținute de acest material.



Situații de comunicare non-assertivă.

1. Aveți un coleg care în permanență vă adresează întrebări în timp ce munciți împreună. Îi spuneți: “Mă întrerupi într-una!”

Cum putem transforma aceste propoziții în propoziții de comunicare assertivă?



2. Intr-un restaurant, i se servește colegului dvs. o supă alterată. Spuneți: “Ce mizerie! Și supa ta e stricată ? Nu mergi să reclami? Te descurci așa de bine să rezolvi asemenea situații.”



Cum putem transforma aceste propoziții în propoziții de comunicare asertivă?



Situații de comunicare non-assertivă.

3. La o coadă, cineva intră în fața dvs. Comentați acest lucru, foarte deranjat, cu colegul care vă însoțește: “Întotdeauna e câte cineva care intră înaintea, la orice coadă la care mă așez.”

Cum putem transforma aceste propoziții în propoziții de comunicare assertivă?



Image courtesy of ddpavumba at FreeDigitalPhotos.net