

## Jak mówić nie?



Uczniowie klasy 1f uczestniczą w projekcie edukacyjnym „*Inspiruję do nauki*”, dzięki któremu rozwijają między innymi asertywność i umiejętność stawiania granic. W trakcie spotkania zapoznali się z mini wykładem, pokazującym, że nie tylko ludzie, ale i rośliny potrzebują przestrzeni do prawidłowego funkcjonowania. Wykonali doświadczenie, które pozwoliło im zrozumieć, czym jest strefa osobista oraz gdzie się znajduje. Dodatkowo zapoznali się z osobami, które mają trudność z ustaleniem granic, a następnie w grupach opracowali rozwiązania, ucząc się przy tym asertywności. Na koniec spotkania omówili własne potrzeby i stworzyli rysunki, w których zobrazowali zachowania, które sprawiają, że czują się bezpiecznie i komfortowo.