

Miejska Biblioteka Publiczna w Sieradzu

Published on *Miejska Biblioteka Publiczna w Sieradzu* (<https://mbp.sieradz.eu>)

Strona główna > „Asertywność” z Aleksandrą Walkiewicz-Putyńską w Filii nr 1

„Asertywność” z Aleksandrą Walkiewicz-Putyńską w Filii nr 1



[1]

W dniu 22 listopada 2018 r. gościliśmy psychologa Aleksandrę Walkiewicz-Putyńską, która poprowadziła zajęcia pt. „Asertywność a zachowanie zdrowia i dobrego samopoczucia”.

Nasz Gość rozpoczął spotkanie od przedstawienia definicji asertywności. Następnie zostały omówione zachowania asertywne i co pomaga w byciu asertywnym. Wypowiedzi były podparte licznymi przykładami.



[2]



[3]

Img 4599 Img 4605

Source URL:<https://mbp.sieradz.eu/content/%E2%80%9EAsertywno%C5%9B%C4%87%E2%80%9D-z-aleksandr%C4%85-walkiewicz-puty%C5%84sk%C4%85-w-filii-nr-1>

Odnosiniki

[1] <https://mbp.sieradz.eu/sites/default/files/article/asertywnosc.jpg>

[2] https://mbp.sieradz.eu/sites/default/files/styles/media_gallery_large/public/img_4599.jpg?itok=2jjC6wpM

[3] https://mbp.sieradz.eu/sites/default/files/styles/media_gallery_large/public/img_4605.jpg?itok=M9xibHoA