

"Niko ne pita šta si mislio, već šta si učinio. Misao je samo tvoja, čin je svačiji".
Meša Selimović

DEFINICIJA ASERTIVNOSTI

-to assert, v (glagol) = izjaviti, izneti (mišljenje), braniti...

-assertive, adj (pridev) = uporan, samosvestan, samopouzdan

Definicija: *"Izražavanje misli, osećanja i uverenja na direktan, iskren (pošten) i socijalno adekvatan način uz uvažavanje prava drugih ljudi."*

MOJA ASERTIVNA PRAVA

Imam pravo na sopstveni izbor.

Imam pravo da iskusim emocije i da ih otvoreno izrazim.

Imam pravo da se predomislim.

Imam pravo da zatražim ono što želim.

Imam pravo da ne znam.

Imam pravo da ne razumem.

Imam pravo da sama sudim o sebi.

Imam pravo da pogrešim.

Imam pravo da kažem NE i da se ne osećam krivom.

.

Imam pravo da me ljudi tretiraju sa poštovanjem.

IMAM PRAVO DA PRIHVATIM I IZRAZIM SVOJA ASERTIVNA PRAVA.