

→ OBSAH

→ 1. Komunikace	5
1.1. Neverbální komunikace	5
1.2. Verbální komunikace	6
1.3. Stresory v mezilidské komunikaci	6
1.4. Komunikační zlozvyky	7
→ 2. Asertivní přístup	10
2.1. Základní pojmy, resp. rozdíly mezi nimi: agresivita, pasivita a asertivita	10
2.2. Asertivní práva	11
2.3. Jednoduché asertivní techniky	15
2.3.1. Práce s oceněním – jeho vyjádření a přijetí	15
2.3.2. Vyjadřování ne – asertivně	16
2.3.3. Vedení asertivní komunikace	17
2.4. Stručný přehled možných asertivních postupů při vyjadřování a přijímání kritiky	18
2.5. Možnosti asertivního přístupu v roli rodiče a učitele	20
→ 3. Závěrečné shrnutí	22
→ 4. Použité zdroje, citované prameny a doporučená další četba	23