- Ficha da Actividade 9 -

Nome(s):_____

_____Ano e turma_____Data_____

“ Falar sem (me) ofender”

O que deves fazer quando alguém está zangado contigo? E quando está triste? E desapontado? Vamos ver algumas maneiras de agir assertivamente…

Alguém te diz:	Como respondes:
“Estou farto de ti! Levas já um murro!”	
“Repete lá isso que disseste e já vais ver!”	
“Ho não! Estou tão aflito, perdes-te o meu livro e eu precisava dele! E agora?”	
Estou triste contigo! Foste injusto comigo e não tinhas razão!	
Gostei da tua ajuda! Muito obrigado és um bom amigo!	

- Ficha da Actividade 9 -

Nome(s):_____

_____Ano e turma_____Data_____

“ Falar sem ofender”

E quando tu estás zangado com alguém? E quando estás triste? E desapontado?

O que é que se faz?

TU:		O que fazes?
Estás muito zangado! Um colega teu fez um disparate e culparam-te no seu lugar.		
Estás zangado porque os teus colegas tiraram-te as tuas coisas enquanto estavas distraído para te chatear.		
O professor chamou-te ao quadro para resolver um exercício e tu não soubeste resolvê-lo, por isso, dois colegas teus fizeram troça de ti a aula toda.		
Estás triste porque os teus amigos estão chateados contigo e não sabes porquê.		
Estás contente porque tiveste uma boa nota na disciplina que achas mais difícil e o professor disse-te que estás de parabéns.		