

# Estilos de comunicaciones

MIA ALFANI 6°B



# ESTILOS COMUNICATIVOS

✦ Inhibido-pasivo

✦ Agresivo

✦ Asertivo





# “ Inhibido- pasivo ”



**Se caracteriza por una actitud de defensa y respeto de las opiniones y derechos de los demás pero no de los propios.**

**Componentes de este estilo:**

- Los pensamientos y creencias están vinculados con no molestar a los demás.
- Las emociones y sentimientos que generan son angustia, ira, culpa que no se exterioriza.
- Los comportamientos relacionados son callarse, bajar la voz, no mirar de frente, sonrojarse.

“ Inhibido-  
pasivo ”

## **Consecuencias**

**Corto plazo: se evita conflicto pero no se afronta el problema.**

**Largó plazo: ansiedad, tristeza.**



## Componentes de este estilo:

- Los pensamientos y creencias se vinculan con privilegiar a la propia posición sin empatizar con los demás.
- Las emociones y sentimientos que se manifiestan son el enojo, frustración, estallidos agresivos.
- Los comportamientos relacionados son hablar de forma exigente, atacar, tono de voz fuerte, tratar de inhibir a la otra persona.



# Agresivo

**Se caracteriza por una actitud de defensa y respeto de las opiniones y derechos propios pero no de los demás.**





Agresivo



## Consecuencias

**corto plazo: tranquiliza ya  
que tiende a pensar que  
tiene la razón.**

**largo plazo: enfado, ira que  
se prolongan en el tiempo.**



## Componentes de este estilo:

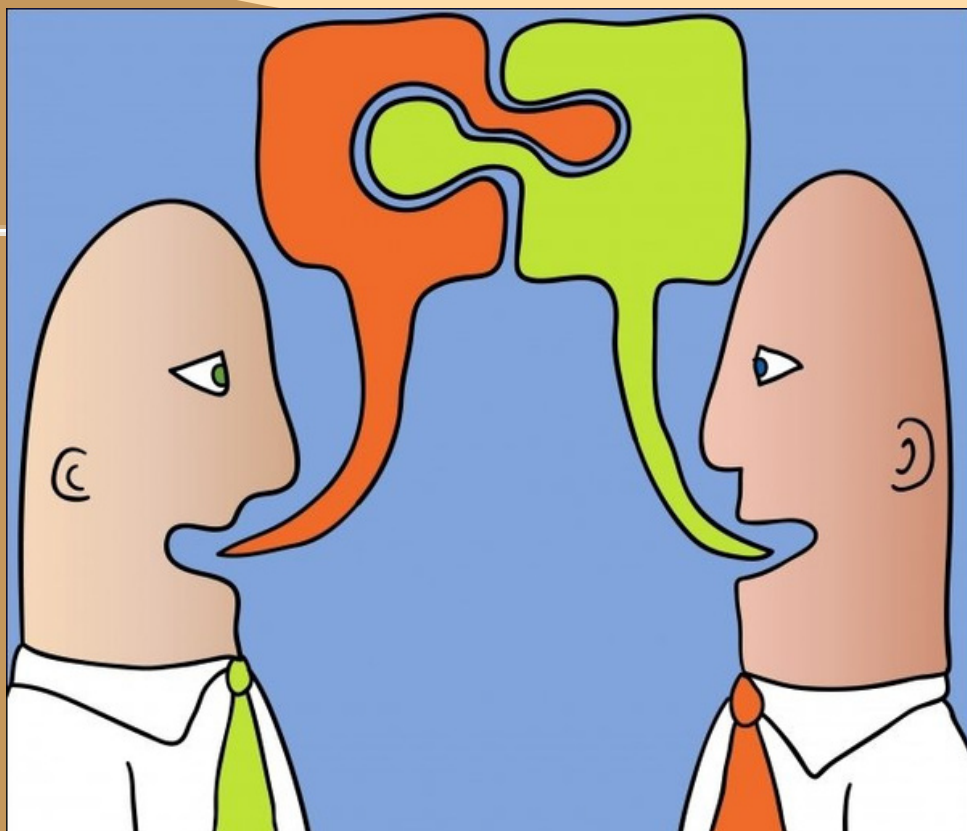
- **Los pensamientos y creencias.** «Lo que pienso es tan válido como lo que piensan los demás». Podemos llegar a una solución.
- **Las emociones y sentimientos** están vinculados con la tranquilidad, sentimiento de control, bienestar y satisfacción.
- **Los comportamientos relacionados.** Tono de voz comprensivo y respetuoso basados en la escucha activa, empatía y búsqueda de soluciones.

# Asertivo

**Se caracteriza por una actitud de defensa y respeto de las opiniones y derechos propios y ajenos.**

## Consecuencias

**corto plazo: bienestar.**  
**Se afrontan conflictos en forma positiva.**  
**Largo plazo: relaciones satisfactorias al reforzar mis derechos y los de los demás.**



# Fin de la presentación

Espero le allá gustado mucho ♡

