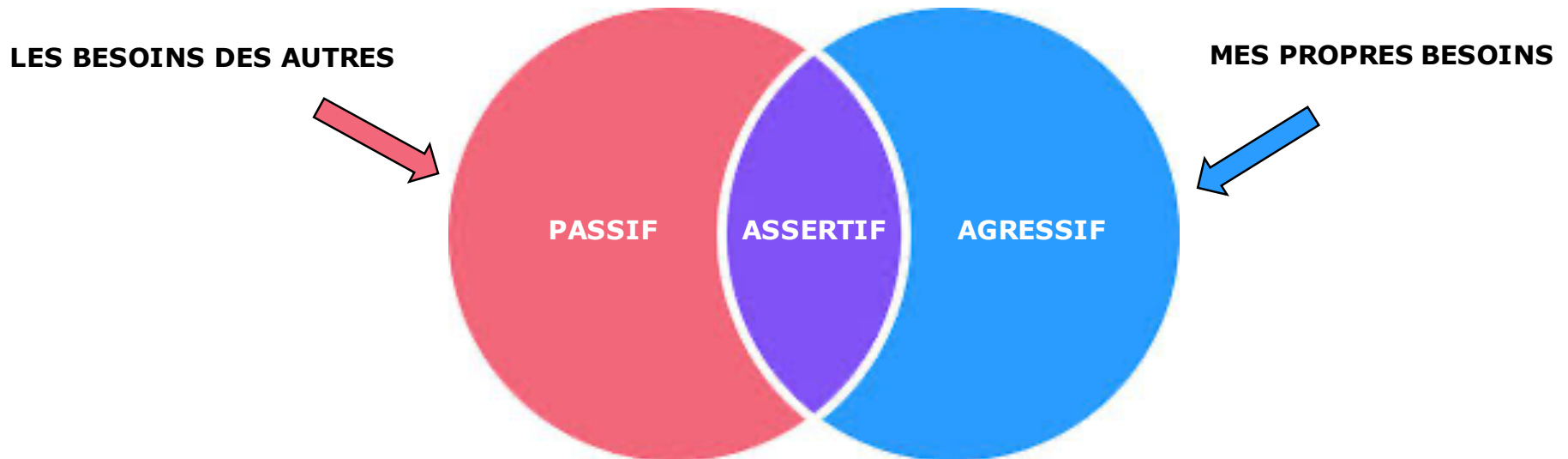


Communication passive, agressive, et assertive



LA COMMUNICATION PASSIVE

Dans la communication passive, l'individu donne la priorité aux besoins, aux souhaits et aux sentiments des autres, au détriment des siens. Il n'exprime pas ses propres besoins, ou ne les défend pas. Cela peut conduire à être exploité, même par des gens bien intentionnés qui ne sont pas conscients des besoins et des envies du communicateur passif.

LA COMMUNICATION ASSERTIVE

Dans la communication assertive, les besoins de chacun sont équivalents. L'individu défend ses propres besoins, souhaits et sentiments, tout en écoutant et en respectant les besoins des autres. La communication assertive est caractérisée par la confiance en soi et la volonté de compromis.

LA COMMUNICATION AGRESSIVE

Dans la communication agressive, l'individu considère que seuls ses propres besoins, souhaits et sentiments importent. Les besoins d'autrui sont ignorés et dénigrés. Le ton employé est souvent hostile ou agressif, et peut comporter des attaques personnelles.