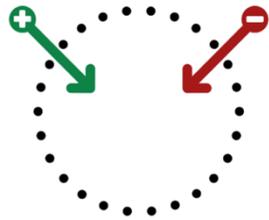




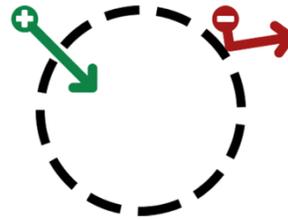
Établir des limites dans les relations | Les différents styles

Les limites définissent ce qui est acceptable et ce qui ne l'est pas dans une relation. Il est possible d'avoir différents types de limites dans différentes relations.

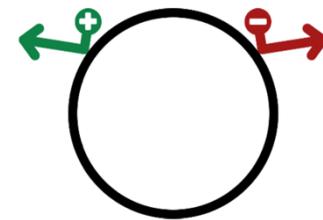
Limites poreuses



Limites flexibles



Limites rigides



Est très proche de presque tout le monde	Est sélectif dans le choix des personnes proches et celles mises à distance	Met presque tout le monde à distance
Fait exagérément confiance, y compris aux inconnus	Prend son temps dans l'établissement de la relation de confiance avec autrui	Très méfiant vis-à-vis d'autrui
Partage excessivement des informations personnelles	Partage des informations personnelles de façon appropriée	Très prudent dans le partage d'informations personnelles
Éprouve de la difficulté à dire "non" aux autres	Est capable de dire "non" lorsque nécessaire	Dit "non" aux autres la plupart
Est excessivement impliqué dans les problèmes d'autrui	Est un soutien à autrui sans être trop impliqué	Est détaché des problèmes d'autrui
Adopte rapidement le point de vue d'autrui	Accorde de l'importance aux opinions d'autrui et a ses propres opinions	A tendance à ignorer l'opinion d'autrui
Évite le conflit en cédant à autrui	Accepte le conflit comme quelque chose de normal	Évite le conflit en mettant autrui à distance
Ne revendique pas de valeurs personnelles	Défend ses valeurs personnelles, mais sait s'adapter	A des valeurs personnelles très inflexibles
Communique de façon passive	Communique de façon affirmée	Communique de façon agressive