



ASERTIVIDAD Y TIPOS DE COMPORTAMIENTO

Asertividad, pasividad y agresividad

1

¿QUÉ ES ASERTIVIDAD?

Es una habilidad social que consiste en expresarnos de forma clara, defendiendo nuestro punto de vista siempre anteponiendo el RESPETO que merecemos TODAS y TODOS.



2

DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES

Desarrollar estrategias y mejorar actitudes permitirá que tus relaciones sean sanas y constructivas, es decir, se fortalecen lazos, a partir de la comunicación y la asertividad.



3

PASIVIDAD

El comportamiento pasivo se caracteriza por la evasión de riesgos, las características principales son: + Inhibición + Inseguridad + Inferioridad

4

AGRESIVIDAD

El comportamiento agresivo se caracteriza por ser dominante y creer ser superior a las y los demás, las características principales son:

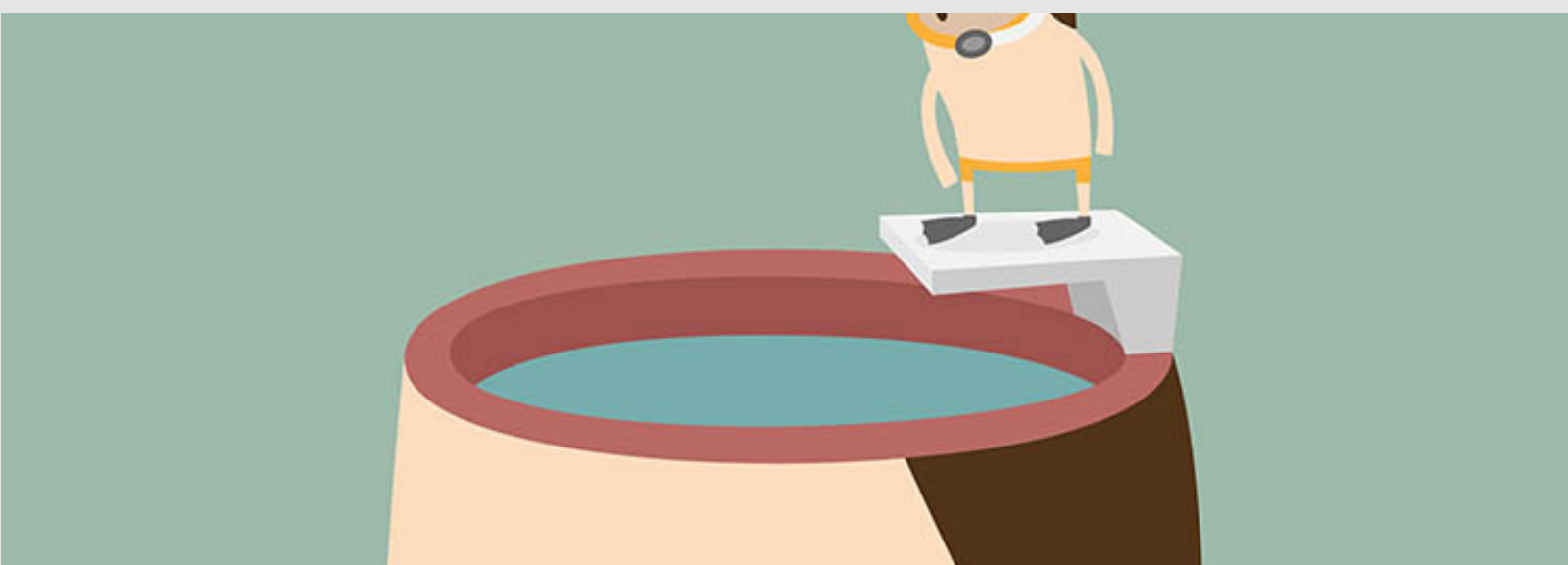
- + Interrumpir para dar a conocer sus deseos
- + agredir verbalmente + En algunas ocasiones se llega a los golpes.



5

RECONOCE TU COMPORTAMIENTO

Identificar tu estilo o tipo de comportamiento predominante podría ayudarte a mejorar acciones negativas con las personas que te rodean y así poder fortalecer de manera positiva las relaciones.



¡EMPIEZA AHORA!