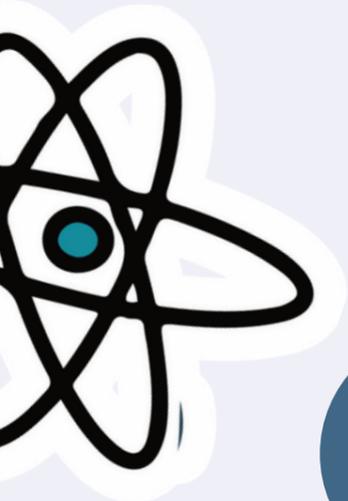
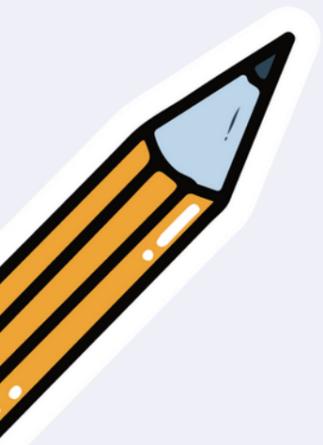


HAY 3 MANERAS DE COMUNICARNOS



1

CONDUCTA PASIVA

No expresa sus necesidades
Implica falta de confianza en uno mismo y excesiva justificación
Baja autoestima. Se pliega a la voluntad de otro

2

CONDUCTA AGRESIVA

Expresa la necesidad violando los derechos de las otras personas.
Menosprecia las necesidades del resto.
Creencia de que todo el mundo es egoísta, así que uno debe defender sus intereses.

3

CONDUCTA ASERTIVA

Expresar directamente la necesidad sin dañar a los otros.
Implica convicciones claras y seguridad en uno mismo
Entendimiento de las necesidades de uno en relación con las del resto

