



COMUNICACIÓN  
AGRESIVA Y SUS  
CONSECUENCIAS

**LA COMUNICACIÓN AGRESIVA ES UN ESTILO DE COMUNICACIÓN DONDE LA PERSONA QUE DEFIENDE SUS DERECHOS LO HACE HACIENDO USO DE UN LENGUAJE VERBAL Y NO VERBAL POCO AMABLE, PASANDO POR ENCIMA DE LOS DEMÁS, CON GESTOS EXALTADOS COMO SI ENTORNARA UNA LUCHA CONSTANTE CON EL MUNDO. TAMBIÉN PUEDE UTILIZAR LA MANIPULACIÓN PARA OBTENER BENEFICIOS PERSONALES.**

**SE OBSERVA A LA PERSONA GRITANDO, INSULTANDO, GESTICULANDO EXCESIVAMENTE, ETC. NO SE INTENTA COMUNICAR ALGO, LO QUE SE PRETENDE ES CONSEGUIR UN DETERMINADO OBJETIVO, Y SE LOGRA MEDIANTE LA SUMISIÓN DE LA OTRA PARTE. ESTO NO QUIERE DECIR QUE NO SE TENGA RAZÓN EN MUCHAS OCASIONES, A VECES OCURRE QUE LA OTRA PARTE QUIERE APROVECHARSE DE NOSOTROS O INCLUSO PISOTEARNOS. SIN EMBARGO, SI LA FORMA DE DEFENDERNOS ES UTILIZANDO ESTAS FORMAS AGRESIVAS, TERMINAREMOS DESACREDITADOS AUNQUE LLEVEMOS LA RAZÓN. NO HAY MOTIVO PARA DESCALIFICAR O INSULTAR A LOS DEMÁS.**

# ¿QUÉ CARACTERÍSTICAS TIENEN LAS PERSONAS CON ESTILO AGRESIVO?

1. **Violan los derechos de los demás.** Les da igual los derechos de otros, ellos solo miran por los suyos propios.
2. **Logran sus objetivos a costa de los demás.** Buscan que otras personas hagan las cosas que ellos tienen que hacer.
3. **Son beligerantes, humillan y desprecian a los demás.** No les importa tener que insultar o humillar a otras personas en público siempre y cuando piensen que hacerlo les ayudará a conseguir su objetivo.
4. **Son explosivas,** de reacción imprevisible, hostil e iracunda.
5. **Se meten en las decisiones de los demás.** Menosprecian a la gente y se creen con el derecho de tomar decisiones u opinar sobre las decisiones de otras personas.

# ¿QUÉ CONSECUENCIAS SOCIALES TIENE EL ESTILO AGRESIVO?

1. Favorables. Como, por ejemplo, expresión emocional satisfactoria, un sentimiento de poder y la consecución de los objetivos deseados.
2. Desfavorables. Por ejemplo, sentimientos de culpa y soledad.

Puede ser que **a corto plazo** las consecuencias de mostrarse agresivo sean positivas, ya que si cedemos y decimos que sí haremos algo, esa persona estará consiguiendo el objetivo que quería. Además, tendrá un sentimiento de poder porque habrá visto que cedemos a sus peticiones. Sensación de Control en ese momento.

Sin embargo, **a largo plazo** esta persona puede sentirse culpable, tendrá problemas para tener y mantener relaciones personales, se sentirá solo-a y rechazado-a.