



Comunicacion
Agresiva
y sus consecuencias

¿Qué es la comunicación agresiva?

- La comunicación agresiva es una forma de defender una opinión, ideología o comentario de una manera brusca o agresiva, ya sea insultando, levantando la voz o atacando físicamente a la persona, también puede suceder cuando se intenta imponer alguna creencia o ideología, no importando si son golpes o gritos, hasta incluso amenazas.
- Este tipo de comunicación lo suelen usar personas con problemas de ira, poca empatía y/o falta de sensibilidad y respeto hacia los sentimientos de 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.
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?

- Las consecuencias pueden ser dos dependiendo de la situación y del tipo de persona.
 1. Favorables. Un sentimiento de poder y la consecución de los objetivos deseados.
 2. Desfavorables. Sentimientos de culpa y soledad.

Puede ser que a corto plazo las consecuencias de mostrarse agresivo sean positivas, 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.

CAUSAS

- Alteraciones emocionales. La persona agredida experimenta sentimientos de frustración y desagrado, pudiendo llegar a sufrir déficits de autoestima. La persona agresiva también suele experimentar sentimientos de tensión, descontrol, enfado, odio, frustración y baja autoestima.
- Pérdida de relaciones sociales. Aquellos que conviven con personas que presentan este estilo de comunicación acaban generando rechazo hacia ellos alejándose o actuando con el mismo formato y enfrentándose.
- Dificultades en el mundo laboral. Encadenar conflictos, no aceptar el rol de autoridad, discutir temas importantes entre otras situaciones son aspectos que suelen deteriorar las relaciones laborales y que aparecen con personas que utilizan este estilo de comunicación. Nadie acepta un líder así y ningún buen líder acepta que un compañero trate así al resto del equipo.
- Problemas de salud física. La agresividad y la ira pueden facilitar o empeorar ciertos trastornos.
- Violencia. Los comportamientos agresivos, en su forma más extrema, dan lugar a diferentes tipos de violencia, por ejemplo, al maltrato familiar.