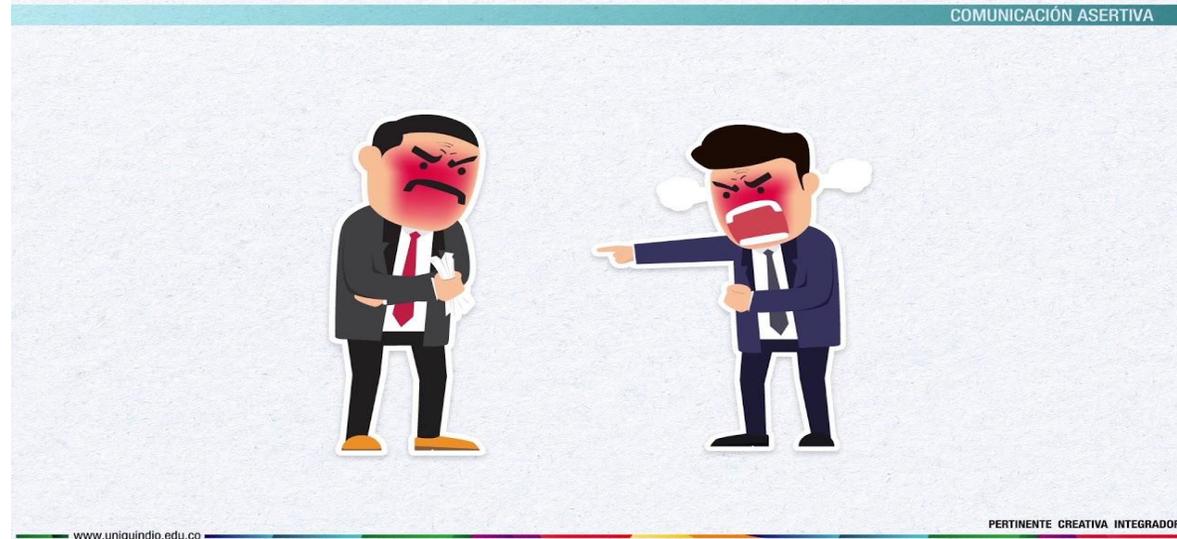


# investigación sobre la Comunicación agresiva



# LA COMUNICACIÓN AGRESIVA



- En la **comunicación agresiva** se utilizan constantemente quejas, reproches o incluso se manifiestan insultos. Este tipo **de comunicación** puede acabar generando violencia y agresiones debido a **su** alto grado **de** imposición y poco respeto por las personas con las que se emplea

# Características de la comunicación agresiva

- En la comunicación agresiva se utilizan constantemente quejas, reproches o incluso se manifiestan insultos.
- Este tipo de comunicación puede acabar generando violencia y agresiones debido a su alto grado de imposición y poco respeto por las personas con las que se emplea.
- No se tienen en cuenta los deseos u opiniones ajenas, sino que el objetivo prioritario es imponer el pensamiento de la persona que emplea este tipo de comunicación.
- El individuo que utiliza la comunicación agresiva tiene grandes carencias emocionales y sociales.

# Diferencia entre comunicación agresiva, asertiva y pasiva

- **Comunicación agresiva:** Aquella en la que se utiliza la imposición y la agresividad. No se tienen en cuenta las opiniones y argumentos ajenos. No existe el respeto por la persona y las expresiones que se utilizan son muestras de falta de educación y empatía constante.
- **Comunicación pasiva:** Aquella en la que una persona no es capaz de exponer lo que siente y que se le respeta por ello. Se limita a dar más importancia a aquello que piensa la gente que lo que piensa ella.
- **Comunicación asertiva:** Es la opción ideal a la hora de comunicarse una persona con el resto de individuos. Es una comunicación equilibrada donde se valora la opinión propia y se respeta la ajena. El objetivo en este caso es exponer una idea sin herir al resto, pero siendo sincero y honesto con lo que uno siente y piensa.

# Consecuencias de la comunicación agresiva

- **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 (p.ej., cardíacos y circulatorios).
- **Violencia.** Los comportamientos agresivos, en su forma más extrema, dan lugar a diferentes tipos de violencia, por ejemplo, al maltrato familiar.

