

ESTILS DE CONDUCCIÓ DE GRUPS

ESTIL PASSIU

1. Comportament verbal:

.Vacil·lant: "potser", "suposo que...", "...en realitat no és important..."...

.Amb "paràsits" verbals: "...ehem....jo.....eeeeeh...."

2. Comportament no verbal:

. Postura del cos tancada

.Absència de contacte visual. Mirada baixa.

.Veu baixa. To de veu vacil·lant

.Moviment del cos tendent a allunyar-se dels altres

3. Altres característiques:

.Baixa autoestima

.Perd oportunitats

. Deixa als altres decidir per ell

.Se sent sense control

ESTIL AGRESSIU

1. Comportament verbal:

.Impositiu: "Has de...", "no et tolero que...", "no et consento..."

.Interromp als altres

.Dóna ordres

2. Comportament no verbal:

. Postura erecta del cos

. Moviments i gestos amenaçants

. Mirada fixa.

.Veu alta. Parla fluïda i ràpida.

.Moviment del cos tendent a envair l'espai dels altres

3. Altres característiques:

.Vulnera els drets dels altres

.Perd oportunitats

.Pot aconseguir objectius, però perjudicant les relacions

.Se sent amb control

ESTIL ASSERTIU

1. Comportament verbal:

.Ferm i directe: "M'agradaria que...", "Penso que...", "Què en penses tu?" "Què opines respecte a...?", "Què podem fer per...?"...

2. Comportament no verbal:

.Expressió social franca i oberta del cos

. Postura relaxada del cos

. Moviments naturals i pausats

. Cap alt, contacte visual.

.To de veu ferm.

.Moviment del cos orientats vers l'altre

3. Altres característiques:

.Protegeix els seus drets i respecta els dels altres

.Assoleix els seus objectius sense ofendre els altres

.Se sent satisfet amb ell mateix i en té confiança

.Permet l'altra persona saber que la comprenem

