Gaya Komunikasi Asertif vs. Komunikasi Agresif dan Pasif : Perbedaan dan Dampaknya

Prolite – Komunikasi adalah salah satu aspek fundamental dalam interaksi manusia sehari-hari, dan cara kita berkomunikasi dapat memiliki dampak besar pada dinamika hubungan, pemahaman, serta penyelesaian masalah.

Gaya komunikasi yang digunakan oleh individu dapat bervariasi secara signifikan, dan seringkali dapat dibagi menjadi empat kategori utama: komunikasi asertif, pasif, agresif, dan pasif-agresif.

– *Freepik*

Setiap gaya ini memiliki karakteristik yang berbeda dan mempengaruhi bagaimana pesan disampaikan dan diterima.

Baca Juga:Primebiz Hotel Cikarang dan Tipsy Runner Hadirkan “Pace & Vibes”, Satukan Semangat Lari, Kesehatan, dan Kreativitas

Dalam artikel ini, kita akan mengeksplorasi masing-masing gaya komunikasi ini, memahami perbedaan antara mereka, serta implikasi dari penggunaan masing-masing gaya dalam berbagai situasi kehidupan sehari-hari.

Berikut ini merupakan perbedaan antar gaya komunikasi:

1. Komunikasi Pasif

– *shutterstock*

- Pasif dalam mengungkapkan kebutuhan:

Seseorang yang komunikasi pasif mungkin tidak berani mengatakan apa yang mereka

inginkan. Misalnya, *“Aku gak tau, terserah kamu aja.”*

- Menghindari konflik:

Mereka sering menghindari konflik dan menahan perasaan mereka. Contohnya, *“Gapapa, aku bisa sendiri kok.”*

Baca Juga:Jerome Bruner dan Cara Belajar yang Membuat Siswa Berpikir, Bukan Sekadar Menghafal

2. Komunikasi Agresif

– Freepik

- Berbicara dengan keras dan menuntut:

Orang dengan gaya komunikasi agresif seringkali berbicara keras dan menuntut. Contoh, *“Kamu harus melakukan ini sekarang!”*

- Menyalahkan orang lain:

Mereka cenderung menyalahkan orang lain atas masalah. Contohnya, *“Ini semua kesalahanmu.”*

3. Komunikasi Pasif-Agresif

– Freepik

- Menghindari konfrontasi tetapi merasa tidak puas:

Seseorang yang komunikasi pasif-agresif mungkin akan tersenyum tetapi sebenarnya merasa marah. Misalnya, mereka setuju dengan rencana tetapi kemudian mengeluh secara diam-diam.

- Menyembunyikan perasaan:

Mereka bisa menyembunyikan kemarahannya dan mungkin mengomel dalam hati.

4. Komunikasi Asertif

– Freepik

- Menyampaikan dengan jujur:

Orang yang berkomunikasi asertif dapat mengungkapkan perasaan dan kebutuhan mereka dengan jujur tanpa menyalahkan. Contoh, *“Aku merasa kesal waktu kamu terlambat.”*

- Memperhatikan perasaan orang lain:

Mereka juga memperhatikan perasaan orang lain. Contohnya, *“Saya mengerti bahwa ada banyak kegiatan di organisasi dan kepanitiaan, tapi kita harus beresin tugas ini.”*

Baca Selanjutnya
Ada Tiket Gratis Piala Dunia U-17 Bagi Pelajar , Simak Ketentuannya!