

Schaal van assertiviteit

Subassertief

- Zelf
- + Ander

Jij boven mij

men / je

De ander sparen
Zegels sparen
Draaien
Verkleinwoordjes
Eigenlijk, in principe

Assertief

- + Zelf
- + Ander

Ik ok, jij ok

Ik

Respectvol confronteren
Gelijkwaardigheid
Niet groter / niet kleiner
Empathisch begrenzen
Eerlijk

Overassertief

- + Zelf
- Ander

Ik boven jij

Jij

Te hard
Mijn waarheid
Bovenpositie
Oordelen
Direct en agressief

Passief agressief

Cynisch
Sneertjes
Grapjes (met ondertoon)