

|   |   |   |
|---|---|---|
|  |  |  |
| <p>אני חושב שרק הצרכים שלי חשובים</p>   | <p>אני יודע שהצרכים שלי חשובים כשל אחרים</p>                                      | <p>אני חושב שהצרכים שלי פחות חשובים משל אחרים</p>                                   |
| <p>בדרך כלל אני לוקח</p>  | <p>בדרך כלל אני מתפשר</p>   | <p>בדרך כלל אני מוותר</p>   |
| <p>לא מקשיב</p>   | <p>מדבר ומקשיב</p>  | <p>לא מדבר , לא משמיע</p>   |
| <p>מחפש מה שלטובתי</p>  | <p>מוודה שדברים הוגנים - לי ולאחרים</p>   | <p>מנסה לשמור על שלום</p>   |
| <p>מציק לאחרים (מתעלל)</p>  | <p>עומד על שלי</p>  | <p>מאפשר לעצמי להיות קורבן</p>  |
| <p>צועק, תוקף, ומגיב באלימות</p>  | <p>מביע את דעתי בצורה ברורה ובביטחון</p>  | <p>לא אומר את מה שאני חושב , או לא אומר שום דבר</p>                                 |
| <p>פוגע במערכות יחסים - אנשים לא אוהבים תוקפנות</p>                               | <p>מטפח מערכות יחסים - אנשים אחרים יודעים איפה הם עומדים</p>                      | <p>פוגע במערכות יחסים- אחרים לא מכבדים אותי</p>                                     |
| <p>מזיק להערכה עצמית של אחרים</p>   | <p>בונה את ההערכה העצמית שלי</p>  | <p>פוגע בהערכה העצמית שלי</p>   |