

# Affirmation de soi (Josée Garon & Pierre Potvin (2008))

## Les débrouillards

Indique le numéro qui correspond au comportement :

- 1 Passif
- 2 Affirmatif
- 3 Agressif

Liste des comportements :

- |   |                                  |
|---|----------------------------------|
| _____ Crier par la tête                                 | _____ Frapper quelqu'un          |
| _____ Laisser l'autre agir à sa place                   | _____ Faire des compromis        |
| _____ Insulter quelqu'un                                | _____ Parler la tête basse       |
| _____ Exprimer clairement ses besoins et ses sentiments | _____ Se moquer de quelqu'un     |
| _____ Ridiculiser quelqu'un                             | _____ Faire de fausses promesses |
| _____ Ne rien faire                                     | _____ Parler trop bas            |
| _____ Parler trop lentement                             | _____ Regarder dans les yeux     |
| _____ Fuir  | _____ Montrer ses sentiments     |
| _____ Discuter  | _____ Faire pitié                |
| _____ Menacer quelqu'un                                 | _____ Jouer la victime           |
| _____ Faire semblant de ne rien entendre                | _____ Bouder                     |
| _____ Dire des noms à quelqu'un                         | _____ Se sauver                  |

