

Este ejercicio es un tipo test. Cada pregunta tiene 3 respuestas posibles y solo 1 es correcta.

1. La comunicación a través de palabras es el:

- a) 35 % de lo que se quiere transmitir.
- b) 10 % de lo que se quiere transmitir.**
- c) 40 % de lo que se quiere transmitir.

2. El proceso de comunicación verbal:

- a) Puede ser oral o escrito.**
- b) Es a través de miradas o gestos.
- c) Sirve para transmitir el mensaje de manera oral.

3. Aspectos en la comunicación no verbal:

- a) La mirada, la postura y la expresión de la cara.
- b) La distancia de interacción y espacio personal.
- c) Tanto la opción "a" como "b" son correctas.**

4. Para escuchar activamente debes:

a) Sonreír y asentir.

b) Observar, indagar, ordenar la información y reformularla.

c) Captar lo que siente la otra persona.

5. Capacidad para transmitir a otra persona opiniones, creencias o sentimientos de una manera eficaz y sin sentirte incomodo/a:

a) Empatía.

b) Actitud.

c) Asertividad.

6. Las 5C-s en el trabajo en equipo son:

a) Cooperación, Coordinación, Confianza, Compromiso y Comunicación.

b) Colaboración, Complementariedad, Confianza, Compromiso y Comunicación.

c) Complementariedad, Coordinación, Confianza, Compromiso y Comunicación.

7. Ser inconformista en un grupo de trabajo:

- a) Significa que cumples con tus compromisos.
- b) Significa que no eres una persona positiva.
- c) Significa que siempre puedes mejorar.

8. Señala que NO es trabajo en equipo:

- a) Tener un buen carácter.
- b) Creer que eres la estrella.
- c) Ser inconformista.

9. Adquirir un compromiso significa:

- a) No permitir a otras personas que hagan tus tareas.
- b) Asumir que el resultado final (bueno o malo) es responsabilidad de todo el grupo.
- c) Pensar antes de actuar.

11. Tener autocontrol significa:

- a) Organizarte correctamente para cumplir y terminar las tareas a las que te has comprometido.
- b) Ser capaz de controlar las emociones y relajarte en caso de un enfado o sentirse agredido.
- c) Mandar a otras personas.

12. Si se te cuela alguien en la cola del supermercado y no dices nada, estas actuando de manera:

- a) Asertiva
- b) Pasiva
- c) Agresiva.

13. Tener espíritu de equipo significa:

- a) Defender tus opiniones y puntos de vista respetando siempre a los demás.
- b) Pensar en el interés del equipo y no solo en ti.
- c) Ayudar y apoyar a los compañeros/as de equipo.

14. Si estas realizando una llamada de teléfono y necesitas consultar algo debes:

a) Hacerlo muy deprisa para no hacer esperar al emisor.

b) Avisar al emisor para que sepa que sigues ahí y no crear un silencio incómodo.

c) Colgar sin despedirte y después volver a llamar.

15. Actuar de manera coordinada significa:

a) Confiar en el resto del equipo.

b) Actuar con organización.

c) Evitar cualquier tipo de conflicto.