

# OINARRIZKO LAN GAITASUNAK



**KOMUNIKAZIOA**



**TALDE LANA**



**ERANTZUKIZUNA**



**AUTOKONTROLA ETA  
LANEKO GATAZKEN  
KONPONKETA**


## KOMUNIKAZIOA

### KANALAK




- Ahozkoa (35 %)
- Hitzezkoa (10 %)
- Bisuala (55 %)



### Komunikazio PROZESUA

- Ahozkoa 
- Hitzik gabekoa

### Komunikazio egonkorretarako GAITASUNAK

- Entzute aktiboa 
- Enpatia 
- Asertibitatea 

### TELEFONOAREN erabilera



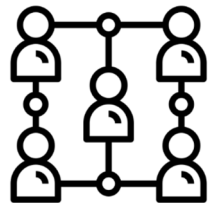
- Garrantzitsua da deiak jasotzeko edo egiteko erabilera egokia egitea.
- **Kontuan izan:** ahotsa + jarrera + hizkuntza + isiltasuna

## TALDE LANA



### Bikaintasuna talde lanean

- **Osagarritasuna**
- **Koordinazioa**
- **Komunikazioa**
- **Konfiantza**
- **Konpromisoa**



### Nola izan taldekide ona?

- **Talde-espiritua** izan
- **Lagundu.**
- **Errespetatu.**
- Izaera **ona** erakutsi.
- Izan **leiala** da eta **erantzukizunak** hartu.
- Izan **inkonformista**



## ERANTZUKIZUNA

- **Konpromisoa** hartu
- Zereginak **bet**e
- Ondorioak **onartu**



## AUTOKONTROLA ETA LANEKO GATAZKEN KONPONKETA

- **Emozioak** kontrolatu



- Elkarrizketa **argi** bat izan eta **entzun**



- Egoera **gatazkat**suak sahiestu

