

**Ariketa hau test motako jarduera bat da.
Galdera bakoitzak 3 erantzun posible ditu, eta
bakarra da zuzena.**

1. Hitzien bidezko komunikazioa:

- a) Transmititu nahi denaren % 35-a da.
- b) Transmititu nahi denaren % 10-a da.**
- c) Transmititu nahi denaren % 40-a da.

2. Ahozko komunikazio-prozesua:

- a) Ahozkoa edo idatzizkoa izan daiteke.**
- b) Begiraden edo keinuen bidezkoa da.
- c) Mezua ahoz transmititzeko balio du.

3. Hitzik gabeko komunikazioaren alderdiak:

- a) Begirada, jarrera eta aurpegiaren adierazpena.
- b) Interakzio-distantzia eta espazio pertsonala.
- c) Bai "A" bai "B" aukerak zuzenak dira.**

4. Aktiboki entzuteko, honako hauek egin behar dituzu:

- a) Irribarre egin eta baiezkoa eman.
- b) Informazioa behatzea, ikertzea, ordenatzea eta birformulatzea.
- c) Beste pertsonak sentitzen duena antzematea.

5. Iritziak, sinesmenak edo sentimenduak beste pertsona bati modu eraginkorrean eta deseroso sentitu gabe transmititzeko gaitasuna:

- a) Enpatia.
- b) Jarrera.
- c) Asertibitatea.

6. Hauek dira talde-laneko 5C-ak:

- a) Lankidetzak, koordinazioa, konfiantza, konpromisoa eta komunikazioa.
- b) Lankidetzak, Osagarritasuna, Konfiantza, Konpromisoa eta Komunikazioa.
- c) Osagarritasuna, koordinazioa, konfiantza, konpromisoa eta komunikazioa.

7. Lan-talde batean inkonformista izatea:

- a) Zure konpromisoak betetzen dituzula esan nahi du.
- b) Pertsona positiboa ez zarela esan nahi du.
- c) **Beti hobetu dezakezula esan nahi du.**

8. Adierazi zer EZ den talde-lana:

- a) Izaera ona izatea.
- b) **Izarra zarela sinestea.**
- c) Inkonformista izatea.

9. Konpromisoa hartzeak esan nahi du:

- a) **Beste pertsona batzuei zure zereginak egiten ez uztea.**
- b) Azken emaitza (ona edo txarra) talde osoaren erantzukizuna dela onartzea.
- c) Ekin aurretik pentsatzea.

11. Autokontrola izateak esan nahi du:

a) Behar bezala antolatzea, hitzeman dituzun zereginak betetzeko eta amaitzeko.

b) Gai izatea emozioak kontrolatzeko eta, haserre egonez gero, lasaitzeko edo erasotua ez sentitzeko.

c) Beste pertsona batzuk bidaltzea.

12. Supermerkatuko ilaran norbait egosten bazaizu eta ezer esaten ez baduzu, honela jokatu duzu:

a) Asertiboki.

b) Modu pasiboan.

c) Modu oldarkorrean.

13. Zer esan nahi du talde-espírituak?

a) Zure iritziak eta ikuspuntuak defendatzea, beti ere besteak errespetatuz.

b) Taldearen interesean pentsatzea, eta ez zugarik bakarrik.

c) Taldekideei laguntzea eta laguntzea.

14. Telefono-dei bat egiten ari bazara eta zerbait kontsultatu behar baduzu, honako hau egin behar duzu:

a) Oso azkar egin, igorleari ez itxaronarazteko.

b) Igorleari abisatu, hor jarraitzen duzula jakin dezan, eta ez sortu isiltasun deseroso bat.

c) Eskegi agur esan gabe, eta gero deitu berriro.

15. Modu koordinatuan jarduteak esan nahi du:

a) Gainerako taldearengan konfiantza izatea.

b) Antolaketarekin jardutea.

c) Edozein gatazka mota saihestea.