

**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 interesen pentsatzea, eta ez zugarri.
- 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.