

HABILIDADES SOCIALES

Para cualquier situación tanto personal como laboral, necesitamos potenciar nuestras habilidades sociales.

¿Qué son? Son un conjunto de **estrategias de conductas y capacidades** que se aplican a una situación social para obtener un resultado efectivo. Permiten expresar los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de modo adecuado a la situación en la cual la persona se encuentra mientras respeta las conductas de los otros.

Y nos sirven para dar respuesta a cualquier necesidad familiar, laboral, en la calle, con nuestros amigos/as sea cual sea nuestra profesión, nuestra formación o, porque no, nuestra situación personal.



¿QUÉ HABILIDADES SOCIALES TENGO?

<https://psicologiaymente.com/psicologia/tipos-de-habilidades-sociales>

¡ ESCANEAME !



Indica sí o no si cumples cada una de ellas:

- 1-
- 2-
- 3-
- 4-
- 5-
- 6-

RESULTADO

- ENTRE 0 Y 3 (SÍ) (DEBES MEJORAR TUS HABILIDADES SOCIALES)
- ENTRE 4 Y 5 (SÍ) (LO ESTÁS HACIENDO BIEN)
- 6 (SÍ) (ERES UN EXPERTO, ENHORABUENA)



Los tests de la Superpop también eran memorables.

¿Has hecho alguna vez un test de este estilo?

¿En qué revista?

