

MÓDULO 3. UNIDAD 2

Habilidades de comunicación

AUTOEVALUACIÓN



Co-funded by
the European Union

1. En cuanto a los tipos de comunicación, señale la respuesta correcta:

- a) Existen dos tipos de comunicación: la comunicación escrita y la comunicación no verbal.
- b) La comunicación puede ser verbal (escrita u oral) y no verbal (kinestésica, sensorial y paralingüística).
- c) Existen varios tipos de comunicación: verbal, no verbal y pasiva.

2. La comunicación asertiva tiene las siguientes características:

- a) Es aquella en la que no expresamos nuestras ideas, necesidades o deseos para complacer a los demás.
- b) Es la que se expresa gritando, sin escuchar ni apreciar a los demás e imponiendo el propio punto de vista en cualquier conversación.
- c) Es hablar de forma respetuosa, escuchar a las personas implicadas en la conversación y expresar el propio punto de vista con claridad y honestidad.

3. Marque la respuesta correcta:

- a) Para una correcta comunicación es importante controlar el tono de voz y los silencios, escuchar activamente, ser paciente y empático.
- b) El lenguaje asertivo, los gestos y movimientos de cabeza, la sonrisa y la mirada, así como la postura corporal, son habilidades de comunicación.
- c) A y B son correctas.

4. En cuanto a las técnicas de comunicación para evitar la confrontación, señale la respuesta falsa:

- a) Hacer una pregunta asertiva se utiliza para pedir aclaraciones sobre algo que nos han transmitido e incluso para preguntar qué se puede hacer para mejorar o cambiar. Ejemplo: "¿Qué quiere decir exactamente con lo que está diciendo, puede darme un ejemplo o ser más específico".
- b) El aplazamiento asertivo consiste en dar inmediatamente una respuesta a nuestro interlocutor aunque no tengamos del todo claro lo que queremos responder. Ejemplo: "Estoy totalmente de acuerdo con lo que has dicho"...
- c) La técnica del disco rayado consiste en repetir nuestro punto de vista, opinión o respuesta varias veces, hasta que la otra persona desista. Ejemplo: "Sí, pero mi opinión es...".

5. Algunas de las pautas para mejorar la comunicación con el paciente de Parkinson son las siguientes:

- a) Hablar al paciente de forma clara y pausada, no cambiar de tema rápidamente, respetar los turnos de conversación, repetir la última palabra que ha dicho el paciente para confirmar que le hemos entendido.
- b) Es importante que el paciente lea en voz alta, articule exageradamente y gesticule, utilice frases cortas y haga pausas entre las palabras.
- c) A y B son correctas.

6. Marque la respuesta correcta en relación con los diferentes estilos de comunicación de los miembros de un equipo:

- a) Los miembros del equipo con estilo de comunicación dominante son intensos, eficientes y orientados a los resultados. Suelen ser competitivos y estar muy orientados al éxito.
- b) Los miembros del equipo con un estilo de comunicación estable son los que socializan continuamente en el grupo. Estas personas saben cautivar a los demás y crear un ambiente con buena energía y mucha participación.
- c) Los miembros del equipo con un estilo de comunicación influyente valoran la uniformidad y la estabilidad en los entornos de trabajo. Se sienten cómodos y a gusto en un entorno de trabajo relajado.

7. Marque la respuesta que no sea adecuada para promover el trabajo en grupo:

- a) Fomentar la comunicación ascendente, animando a todos los miembros del equipo, independientemente de su cargo, a aportar ideas y comunicar lo que piensan.
- b) Evite organizar reuniones individuales y proporcione información coherente.
- c) Cuando los miembros de un equipo no resuelven los conflictos con rapidez, la tensión se acumula y el rendimiento laboral se resiente. Las estrategias de resolución de conflictos permiten abordar los desacuerdos de forma rápida, directa y respetuosa.

8. Para desarrollar una comunicación eficaz, son importantes las siguientes recomendaciones:

- a) Mantener una escucha activa y transmitir un mensaje claro y conciso.
- b) Comunicarse de forma asertiva y empática, cuidando también la expresión no verbal.
- c) A y B son correctas.