

## Test – Estilos Sociales

- a) De cada uno de los pares de enunciados, indique con una “X” en la línea punteada el que mejor refleje tu comportamiento.

<b>Pregunta 1 – Al formular una opinión</b>	
A: Me mantengo con el cuerpo inclinado hacia atrás al formular una opinión.	X
B: Mantengo el cuerpo erguido o inclinado hacia delante al expresarme.	
<b>Pregunta 2 – Al hablar</b>	
C: No uso demasiado las manos cuando hablo.	X
D: Suelo usar las manos cuando hablo.	
<b>Pregunta 3 – Muestro una energía</b>	
A: Mesurada, dosificada.	
B: Explícita, desbordante.	
<b>Pregunta 4 – Mi lenguaje Corporal</b>	
C: Es controlado.	
D: Es libre y elocuente.	
<b>Pregunta 5 – Uso gestos fuertes</b>	
A: Es poco frecuente que utilice gestos fuertes, terminantes	
B: Con frecuencia utilizo gestos fuertes, terminantes.	
<b>Pregunta 6 – Las expresiones de mi cara</b>	
C: No siempre expresan lo que siento.	
D: Me “delatan”.	
<b>Pregunta 7– Suelo hablar</b>	
A: En voz baja.	
B: en voz alta.	

<b>Pregunta 8- Apareto</b>	
C: Seriedad, circunspección.	
D: Una habitual disposición a divertirme y pasarla bien.	
<b>Pregunta 9- Tiendo a</b>	
A: Preguntar con mayor frecuencia que a enunciar.	
B: Tiendo a enunciar con mayor frecuencia que a preguntar.	
<b>Pregunta 10 – Utilizo</b>	
C: Un rango reducido de inflexiones de voz.	
D: Muchas y muy diversas inflexiones de voz.	
<b>Pregunta 11- En situaciones donde no actúan</b>	
A: No me surge la tendencia a presionar a otros para que actúen.	
B: Me surge la tendencia a presionar a otros para que actúen.	
<b>Pregunta 12- Con mis sentimientos o emociones</b>	
C: No tiendo a mostrar sentimientos espontáneamente.	
D: Tiendo a mostrar sentimientos espontáneamente.	
<b>Pregunta 13- Expreso opiniones</b>	
A: De forma tentativa, reflexiva.	
B: De forma taxativa, contundente.	
<b>Pregunta 14- Mis conversaciones son</b>	
C: Principalmente orientadas a la tarea.	
D: Son orientadas a la gente.	
<b>Pregunta 15- Tiendo a resolver</b>	
A: Situaciones pausadamente.	
B: Situaciones rápidamente.	
<b>Pregunta 16- Me oriento</b>	
C: Más a los hechos y a la lógica.	



D: Más a los sentimientos y a las opiniones.	
<b>Pregunta 17- Mi ritmo natural es</b>	
A: Calmo, “paso a paso”.	
B: Acelerado, quizás ansioso.	
<b>Pregunta 18- Con mis anécdotas</b>	
C: Es raro que cuente anécdotas o intervenga en charlas casuales.	
D: Suelo contar anécdotas e intervenir en charlas casuales.	

b) Sume los totales y encolúmnelos en las líneas punteadas que siguen

- A) (-) ....
- B) .....
- C) (-) .....
- D) .....

c) Sume las líneas A y B, y sume las líneas C y D. Tenga en cuenta que dos líneas están precedidas por un signo “menos”.

Total dimensión asertividad (sumatoria líneas A y B): .....

Total dimensión respuesta emotiva (sumatoria líneas C y D): .....



d) Ubique en el cuadro los números a los que llegó en el punto anterior. Eso le dará su estilo social de relación interpersonal, según el modelo de Bolton.

