

Regional Distrito Capital

Centro de Electricidad, Electrónica y Telecomunicaciones

CUESTIONARIO SOBRE HABILIDADES COMUNICATIVAS

Desarrollando una reflexión alrededor de sus propias habilidades de comunicación, marque con X en la casilla según se identifique con cada ítem planteado en cada una de las tres categorías relacionadas a continuación, y luego calcule sus resultados:

**Comunicación directa con una persona**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ITEM** | **A menudo** | **A veces** | **Casi Nunca** |
| 1. ¿Cree que la gente suele “entenderle todo al revés” y le malinterpretan? |  | **x** |  |
| 1. Cuando habla con otras personas, ¿pierde el hilo de lo que intenta decir? |  | **x** |  |
| 1. ¿La gente le pide que aclare lo que acaba de explicar? |  | x |  |
| 1. ¿Es sarcástico? |  | X |  |
| 1. ¿Evita utilizar la comunicación directa? | X |  |  |
| 1. ¿Intenta expresar sus ideas de un modo que considera apropiado para la persona con la que habla? | X |  |  |
| 1. ¿Mantiene el contacto visual cuando conversa con una persona? |  |  | X |
| 1. ¿Pregunta a su interlocutor si ha entendido lo que usted ha dicho? |  | X |  |
| 1. ¿Se esfuerza en encontrar el momento y el lugar adecuados para hablar? | x |  |  |
| 1. ¿Alguna vez explica a los demás la razón por la que les pide que hagan algo? |  | X |  |
| 1. Si el tema es embarazoso o complicado, ¿se plantea antes la manera de decirlo? |  |  | X |
| 1. ¿Pide la opinión de los demás? |  | x |  |

Puntuación: Preguntas 1 a 5: A menudo: 1 punto; A veces: 2 puntos; Casi nunca: 3 puntos/ Preguntas 6 a 12: A menudo: 3 puntos; A veces: 2 puntos; Casi nunca: 1 punto

RESULTADOS:

MÁS DE 32 PUNTOS: Sus habilidades de comunicación directa parecen ser buenas. Podría mejorar en algunos puntos.

DE 26 A 32 PUNTOS: tiene cierta aptitud, pero podría lograr progresos considerables.

MENOS DE 26 PUNTOS: necesita mejorar sustancialmente en muchos aspectos.

**Comunicación directa con un grupo**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ITEM** | **A menudo** | **A veces** | **Casi Nunca** |
| 1. Me pone nervioso el hecho de dirigirme a un grupo | **X** |  |  |
| 1. Planifico mucho tiempo antes lo que voy a decir cuando voy a hablarle a un grupo | **X** |  |  |
| 1. En las reuniones de equipo sólo hablo yo |  |  | X |
| 1. En las reuniones de equipo dejo que todos hablen cuando quieran |  | X |  |
| 1. Permito las discusiones para despejar el ambiente |  |  | X |
| 1. Siempre pregunto si hay algún tema que se quiera abordar aparte de los que yo expongo | X |  |  |
| 1. Siempre doy el mismo trato a todos los grupos a los que me dirijo | x |  |  |

Puntuación: Preguntas 1, 3, 4, 5, 7: A menudo: 1 punto; A veces: 2 puntos; Casi nunca: 3 puntos/ Preguntas 2, 6: A menudo: 3 puntos; A veces: 2 puntos; Casi nunca: 1 punto

RESULTADOS:

MÁS DE 18 PUNTOS: sus habilidades de comunicación directa con un grupo parecen buenas. No obstante, podría perfeccionar algunos puntos.

DE 12 A 18 PUNTOS: tiene cierta capacidad, pero podría lograr mejoras considerables.

MENOS DE 12 PUNTOS: necesita mejorar sustancialmente en muchos aspectos.

**Comunicación escrita**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ITEM** | **A menudo** | **A veces** | **Casi Nunca** |
| 1. Si puedo, evito los mensajes escritos |  |  | **X** |
| 1. Las personas me piden que aclare lo que he anotado |  | **X** |  |
| 1. Planifico lo que voy a escribir antes de empezar |  | X |  |
| 1. Envío lo primero que escribo |  |  | X |
| 1. Mis mensajes están llenos de frases largas y palabras técnicas |  | X |  |
| 1. Todas mis comunicaciones escritas son claras y concisas |  | X |  |
| 1. Pido a alguien que revise los textos importantes que yo redacto |  | X |  |
| 1. Nunca recurro a la comunicación escrita si puedo hablar con la persona implicada |  |  | X |
| 1. Las personas a las que envío mis anotaciones entienden mis mensajes |  | X |  |
| 1. Creo que hacer informes para mí no supone ningún problema |  | x |  |

Puntuación: Preguntas 1,2,4,5,8: A menudo: 1 punto; A veces: 2 puntos; Casi nunca: 3 puntos/ Preguntas 3, 6,7,9,10: A menudo: 3 puntos; A veces: 2 puntos; Casi nunca: 1 punto

RESULTADOS:

MÁS DE 26 PUNTOS: sus habilidades escritas parecen buenas, aunque puede mejorar en algunos aspectos.

DE 26 A 32 PUNTOS: tiene cierta capacidad, pero podría lograr mejoras considerables.

MENOS DE 26 PUNTOS: necesita mejorar sustancialmente en muchos aspectos.

A partir de los resultados encuentro que, en cuanto a:

* **Mi Comunicación directa con una persona, yo presento como fortalezas** el poder hablar con normalidad, digo lo que pienso sin lastimar a la otra persona y procuro siempre ser empático y cordial y como debilidades soy introvertido por lo que me cuesta iniciar las conversaciones por mi cuenta, siempre tengo el miedo constante en que diré algo indebido por lo que pienso mucho en las palabras que diré.

**El plan de mejoramiento que me propongo en este aspecto consiste en** perder el miedo a entablar conversaciones y estar tranquilo a la hora de hablar con más personas.

¿Por qué?:

Me gusta ser empático, me gusta mucho ayudar a las personas que lo necesitan, por lo que me es difícil no ayudar o decirle que no a una persona, el ser introvertido lo veo como algo positivo porque si hago amigos, son amigos que perduran y son honestos conmigo, lo malo es no poder expresarse con las demás personas de una manera tranquila sin ponerme nervioso, he trabajado bastante en la comunicación con otras personas, por lo que me siento menos inseguro y seguiré trabajando en ello.

• Mi Comunicación directa con un grupo, yo presento como fortalezas, siempre tomo en cuenta las decisiones de los demás, por lo que pueden expresar tanto inconformidades como elogios y como debilidades no tomar el liderazgo del grupo y decir malas noticias o comentar inconformidad con algo.

El plan de mejoramiento que me propongo en este aspecto consiste en entender que todos tenemos ideas buenas como ideas malas, por lo que tengo que dar feedback en los 2 extremos y decir cuando las cosas están bien y cuando están mal.

¿Por qué?

Tomo en cuenta las decisiones de los demás porque todas las personas tienen ideas diferentes y con esa lluvia de ideas, podemos sacar una idea en conjunto, no tomo el liderazgo porque me considero una persona muy pasiva que no le gusta dar malas noticias o decir cosas negativas, entonces por esa razón me cuesta tomar el liderazgo, el plan de mejoramiento que estoy haciendo en este momento es tomar el liderazgo del proyecto SENA, por lo que estoy tomando muchos retos en poco tiempo, hasta el momento siento que he hecho las cosas de la mejor manera y actitud.

* Mi Comunicación escrita, yo presento como fortalezas, no soy muy bueno con la escritura, de hecho, no me gusta, prefiero hacer todo de manera digital por el motivo al reciclaje y también por comodidad y como debilidades no tengo buena ortografía, tampoco tengo la mejor caligrafía por lo que prefiero siempre omitir la parte escrita en todo lo que pueda.

El plan de mejoramiento que me propongo en este aspecto consiste en corregir mi letra y leer para tener una mejor ortografía.

¿Por qué?

Desde hace muchos años dejé de lado el escribir de manera manual, por lo que ya se me hace más que complicado escribir de esta manera, prefiero anotar todo en el computador, por temas de reciclaje, facilidad, economía y también porque puedo tener muchas copias y no perderé de vista mis notas, mis debilidades son la ortografía y mi caligrafía, por el mismo motivo que llevo mucho tiempo sin escribir, al hacerlo de manera manual me cuesta, el plan de mejoramiento consiste en leer más artículos o libros para poder mejorar mi ortografía y para mí caligráfica no tengo un plan aún concertado.

Nombre aprendiz: Harold Yulian Sanchez Alcantar Ficha: 2671339 Fecha: 18/02/13