**Anexo 13**

**TEST DE ASERTIVIDAD**

Por favor marca con una X la opción con la que mejor te identificas.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 = Con frecuencia, 2 = De vez en cuando, 3 = Casi nunca y 4 = Nunca** | | | | | |
| 1 | En una reunión difícil, con un ambiente agitado, soy capaz de hablar con confianza. |  |  |  |  |
| 2 | Si no estoy seguro de una cosa, puedo pedir ayuda fácilmente. |  |  |  |  |
| 3 | Si alguna persona es injusta y agresiva, puedo controlar la situación con confianza. |  |  |  |  |
| 4 | Si alguna persona se muestra irónica conmigo o con otras, puedo responder sin agresividad. |  |  |  |  |
| 5 | Si creo que se está abusando de mí, soy capaz de denunciarlo sin alterarme. |  |  |  |  |
| 6 | Si alguna persona me pide permiso para hacer algo que no me gusta, por ejemplo, fumar, puedo decirle que no sin sentirme culpable. |  |  |  |  |
| 7 | Si alguna persona pide mi opinión sobre alguna cosa me siento bien dándosela, aunque no concuerde con la de los demás. |  |  |  |  |
| 8 | Puedo conectar fácil y efectivamente con personas que considero importantes. |  |  |  |  |
| 9 | Cuando encuentro defectos en una tienda o restaurante, soy capaz de exponerlos sin atacar a las otras personas y sin sentirme mal. |  |  |  |  |