

## Test de exploración de soft skills más necesarias en un proyecto laboral o de voluntariado

Valora en qué medida cada uno de los siguientes objetivos son claves y determinantes como facilitadores para el logro de los resultados de vuestro equipo, siendo 1 = poco o nada relevante y 5 = muy relevante.

Clave	Objetivos	Valoración				
ARP	<i>Identificar y analizar los problemas y conflictos desde algunos patrones básicos de conducta y relación social, así como aspectos del entorno o contexto que suelen actuar en las causas de los mismos.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Analizar los problemas y conflictos desde varios puntos de vista, tanto de modo individual como en equipo, para definirlos y comprenderlos mejor y así buscar soluciones creativas, compartidas y eficaces.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Comprometerte de forma corresponsable en la solución de problemas y conflictos, evitando o superando las barreras mentales y del entorno que pueden bloquear tu acción y motivación de ayuda ante los mismos.</i>	1	2	3	4	5
AS	<i>Expresar de forma educada, libre y sincera, tanto para aceptar / mostrar acuerdo como para rechazar / mostrar desacuerdo, tus ideas, sentimientos, criterios y necesidades ante los demás.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Afrontar situaciones difíciles, injustas o de necesidad humana con valentía, seguridad y determinación, independientemente de lo que puedan pensar, valorar o decir otras personas.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Lograr objetivos personales y compartidos de un proyecto, así como ayudar a otros a mejorar y lograr sus objetivos, orientados por los valores, convicciones y principios que nos mueven.</i>	1	2	3	4	5
CI	<i>Comprender el proceso comunicativo, tanto desde el rol de emisor como receptor, y sus diferentes procesos, así como las barreras que pueden darse en el mismo y la forma de evitarlas o prevenirlas.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Utilizar varias técnicas y destrezas de comunicación verbal y no verbal, para lograr mejor los objetivos en la relación interpersonal y en el trabajo compartido con los demás.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Escuchar eficazmente y mantener una actitud de escucha activa y durante los encuentros interpersonales, como destreza social clave y necesaria en toda comunicación orientada al servicio del otro.</i>	1	2	3	4	5
EM	<i>Comprender la empatía y practicarla como una herramienta de ayuda eficaz y positiva tanto para quien es ayudado como para quien ayuda.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Mejorar tu inteligencia emocional y desarrollarla al ser la empatía uno de los ingredientes esenciales de la misma.</i>	1	2	3	4	5

	<i>Utilizar la empatía de modo estratégico en la relación de ayuda, sabiendo asociarte emocionalmente y distanciarte también para ayudar mejor y evitar la dependencia emocional.</i>	1	2	3	4	5
FI	<i>Ampliar las opciones y capacidades de mejora, tanto personal como de los proyectos en que desarrollamos nuestra labor.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Ampliar y desarrollar el pensamiento flexible y creativo, como soporte de resiliencia y adaptación inteligente a los cambios y circunstancias.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Ser agentes de resiliencia y creatividad ante los problemas y retos de nuestro entorno y sus personas.</i>	1	2	3	4	5
IA	<i>Identificar las propias zonas de confort que bloquean nuestra iniciativa y autonomía, y aprender estrategias y actitudes para superarlas.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Aumentar la propia autonomía e iniciativa personal orientando la propia conducta por los rasgos y características de las personas autónomas.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Identificar valores importantes y apostar por ellos como criterios de decisión, afirmación personal y orientación interpersonal para actuar de forma más autónoma.</i>	1	2	3	4	5
LS	<i>Comprender el liderazgo como capacidad de generar fuerzas de influencia positiva entre las personas, tanto para ser atraídos hacia la misión como para ser enviados a construirla.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Descubrir nuestra brújula del liderazgo situacional, afianzarla y utilizarla para saber en qué situaciones es mejor un tipo de liderazgo que otro.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Conocer y practicar el liderazgo de servicio como ideal en el trabajo compartido, poniendo nuestras cualidades y talentos al servicio de otros y contagiando ese espíritu en todos.</i>	1	2	3	4	5
OP	<i>Conocer las claves de una mente ordenada y ágil como fundamento de un modo de ser y colaborar con otros de forma más eficaz y eficiente.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Aprender y poner en práctica diversas herramientas de organización y planificación en el trabajo y la tarea, tanto de modo individual como en equipo.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Gestionar eficazmente el tiempo y el espacio en el que actuamos para lograr mejor nuestros objetivos en cualquier tarea o proyecto.</i>	1	2	3	4	5
RC	<i>Conocer los fundamentos y claves de la responsabilidad y el compromiso para comprender y afianzar mejor el propio compromiso con la organización, proyecto o tarea.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Descubrir las claves internas de cada cual y las claves externas de la tarea o entorno de trabajo que mejor facilitan el compromiso y la responsabilidad.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Identificar las posibles barreras o dificultades que pueden afectar al compromiso con la tarea y la misión, para prevenir situaciones de desmotivación o incumplimiento.</i>	1	2	3	4	5

TE	<i>Comprender la dinámica interna de los equipos de trabajo para insertarse mejor en los mismos y ajustar eficazmente el propio rol para contribuir a la misión compartida.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Aprender a desempeñar una diversidad de roles cooperativos dentro de un equipo y a trabajar eficazmente en un entorno de diversidad cultural y de inteligencias.</i>	1	2	3	4	5
	<i>Descubrir la riqueza de la interdependencia positiva en los equipos cuando nos enfocamos en las fortalezas y los talentos de cada cual y los compartimos.</i>	1	2	3	4	5