

## Determina il tuo stile sociale

Compila, velocemente, il contenuto della tabella qui sotto. Ti invito a far riferimento ad un preciso ambito della tua vita (lavoro, amici, famiglia ...) poiché capita spesso che abbiamo comportamenti diversi, e quindi stili sociali diversi, in ambiti diversi. Ad esempio non è raro che qualcuno risulti Espressivo in famiglia e Direttivo sul lavoro, o Amabile nella sua famiglia di origine e Espressivo nella famiglia che si crea, quando ha dei figli ...

<b>Assertività</b>	<b>Quasi sempre</b>	<b>Qualche volta</b>	<b>Quasi mai</b>
Amo la concretezza e prendo rapidamente le decisioni			
Esprimo il mio disaccordo senza difficoltà e titubanze			
Non ho alcun problema a dire di no			
So prendere decisioni, anche importanti e rischiose			
Difendo ciò in cui credo, anche quando questo può sconvolgere gli altri			
Definisco i miei obiettivi e li perseguo con impegno			
So riconoscere le mie necessità			
Chiedo ciò di cui ho bisogno			
Ascolto le opinioni altrui, ma io sono il giudice di me stesso e del mio comportamento			
Rispetto gli altri e pretendo rispetto			
<b>Somma</b>			
<b>Espressività</b>	<b>Quasi sempre</b>	<b>Qualche volta</b>	<b>Quasi mai</b>
Non amo stare solo			
Condivido facilmente le mie emozioni, anche con persone che non conosco approfonditamente			
Preferisco lavorare in team piuttosto che da solo			
Ascolto il mio intuito e non di rado prendo decisioni basandomi su ciò che intuisco piuttosto che su aspetti razionali			
Mi ritengo creativo e fantasioso			
Sono una persona decisamente spontanea			
Sono una persona che vive di entusiasmo			
Andare d'accordo con gli altri e avere buone relazioni è importante almeno quanto raggiungere gli obiettivi definiti			
Mi ritengo una persona molto attenta ai sentimenti e alle emozioni			
Sono più efficace nel creare e gestire relazioni interpersonali che a trovare soluzioni a problemi			
<b>Somma</b>			

