



Llibre: Habilitats Socials

Nom i cognoms: _____

Marca l'opció correcta

1.- La sobregeneralització consisteix a:

- a.-* Extreure conclusions generals a partir d'un fet aïllat, que a més no té relació directa amb aquelles.
- b.-* Considerar un fracàs qualsevol assoliment que no correspon a les expectatives màximes previstes.
- c.-* Seleccionar només els detalls negatius d'una situació.
- d.-* Generalitzar conseqüències indirectes a situacions concretes.

2.- Les actituds que caracteritzen l'autoestima d'una persona són, segons N. Branden:

- a.-* L'autonomia conductual i el control emocional.
- b.-* El temperament i l'autoconcepte.
- c.-* La seguretat i l'empatia.
- d.-* L'eficàcia personal i el respecte cap a si mateixa.

3.- «Donar les gràcies», segons la classificació de les habilitats socials formulada per Goldstein, és:

- a.-* Una habilitat social avançada.
- b.-* Una primera habilitat social o habilitat social bàsica.
- c.-* Una habilitat social relacionada amb els sentiments.
- d.-* Una habilitat social alternativa a l'agressió.

4.- Quina d'aquestes emocions no es considera una emoció bàsica?

- a.-* La vergonya.
- b.-* L'avversió.
- c.-* La por.
- d.-* La còlera.