Piensa en tu comportamiento habitual cuando surge un conflicto. Responde honestamente:

- ¿Suelo evitarlo?

- ¿Intento imponer mi punto de vista?

- ¿Busco acuerdos?

- ¿Me cuesta expresar lo que siento?

- ¿Qué emociones aparecen con más frecuencia durante un conflicto?

- ¿Qué aspecto de mi comportamiento me ayuda?

- ¿Qué aspecto me limita?

LIVEWORKSHEETS