# Formulario sobre Resolución de Conflictos

Por favor, complete este formulario para ayudarnos a comprender mejor sus conocimientos y habilidades en resolución de conflictos. Responda cada pregunta de manera honesta y detallada.

1. 1. ¿Cómo definirías un conflicto y cuáles crees que son sus principales causas?
2. 2. Describe una situación reciente en la que te hayas enfrentado a un conflicto. ¿Cómo lo manejaste?
3. 3. ¿Qué técnicas de resolución de conflictos conoces y cuáles has aplicado en tu vida personal o profesional?
4. 4. ¿Qué importancia le das a la comunicación asertiva en la resolución de conflictos? Da ejemplos.
5. 5. ¿Consideras que eres una persona que evita o enfrenta los conflictos? Explica tu respuesta.
6. 6. ¿Cuáles crees que son las habilidades clave para resolver conflictos de manera efectiva?
7. 7. ¿Cómo podrías mejorar tu manejo de conflictos en el futuro?