

## DESCUBRE TU SISTEMA DE REPRESENTACIÓN PREDOMINANTE

→ Responde rápidamente sin analizar cada respuesta

→ Lee cada afirmación y las tres opciones:

- en cada ítem califica con un: 1= tu menor tendencia  
2= tu tendencia intermedia  
3= tu mayor tendencia

1. Recuerdo más a las personas por:
  - a. A su apariencia \_\_\_\_\_
  - b. Su voz \_\_\_\_\_
  - c. Su calidez (frialdad, amabilidad...) \_\_\_\_\_
2. Elijo la comida por:
  - a. Su presentación \_\_\_\_\_
  - b. Lo que me dicen acerca del plato \_\_\_\_\_
  - c. Sus sabores/olores \_\_\_\_\_
3. Los lugares que prefiero para vivir tienen que ser:
  - a. Luminosos y con buena vista \_\_\_\_\_
  - b. Silenciosos \_\_\_\_\_
  - c. Confortables \_\_\_\_\_
4. Tomo decisiones según:
  - a. Lo que veo \_\_\_\_\_
  - b. Lo que escucho \_\_\_\_\_
  - c. Lo que siento \_\_\_\_\_
5. Compró la ropa por:
  - a. Cómo luce \_\_\_\_\_
  - b. Lo que me cuentan que está de moda \_\_\_\_\_
  - c. Al probarla me resulta cómoda \_\_\_\_\_
6. Cuando veo una película, recuerdo:
  - a. Los actores, los paisajes, la ambientación \_\_\_\_\_
  - b. Los diálogos \_\_\_\_\_
  - c. Las sensaciones que me produjo \_\_\_\_\_
7. Elijo un automóvil por:
  - a. Su diseño, color \_\_\_\_\_
  - b. Lo silencioso de su motor \_\_\_\_\_
  - c. Su nivel de confort \_\_\_\_\_
8. Cuando salgo de compras:
  - a. Observo los productos \_\_\_\_\_
  - b. Escucho al vendedor \_\_\_\_\_
  - c. Pruebo y toco los productos \_\_\_\_\_
9. Las actividades que prefiero son:
  - a. La fotografía, la pintura, el cine \_\_\_\_\_
  - b. Las conferencias, los conciertos \_\_\_\_\_
  - c. La escultura, el baile \_\_\_\_\_

10. Aprendo más fácilmente:
- a. Leyendo, haciendo cuadros sinópticos \_\_\_\_\_
  - b. Escuchando a un compañero, una grabación, la radio... \_\_\_\_\_
  - c. Escribiendo \_\_\_\_\_
11. Al hablar, lo hago:
- a. Rápidamente \_\_\_\_\_
  - b. Soy analítico \_\_\_\_\_
  - c. Desde el sentimiento \_\_\_\_\_
12. En mi hacer, tengo tendencia a:
- a. Ocuparme de varias cosas al mismo tiempo \_\_\_\_\_
  - b. Ocuparme de a una por vez \_\_\_\_\_
  - c. Poner el cuerpo, y mi alma, en lo que hago \_\_\_\_\_
13. Observo más en las personas:
- a. Cómo se visten, su aspecto físico \_\_\_\_\_
  - b. Su modo de hablar \_\_\_\_\_
  - c. Cómo se mueven \_\_\_\_\_
14. Aprendo más fácilmente cuando:
- a. Veo una demostración de la actividad \_\_\_\_\_
  - b. Recibo instrucciones verbales \_\_\_\_\_
  - c. Comprometo mi actividad corporal \_\_\_\_\_
15. Para ubicarme geográficamente en una ciudad:
- a. Utilizo un mapa \_\_\_\_\_
  - b. Pregunto y escucho las indicaciones que recibo \_\_\_\_\_
  - c. Confío en mi intuición o escribo las indicaciones \_\_\_\_\_
16. Cuando tengo muchas actividades para hacer:
- a. Hago listas o me imagino las actividades \_\_\_\_\_
  - b. Me repito continuamente las actividades a realizar \_\_\_\_\_
  - c. Siento incomodidad hasta que la mayoría de las actividades están terminadas \_\_\_\_\_
17. Cuando hablo con alguien:
- a. Hago imágenes acerca de lo que otro dice \_\_\_\_\_
  - b. Escucho atentamente el mensaje \_\_\_\_\_
  - c. Me contacto con mis emociones mientras lo escucho \_\_\_\_\_
18. Cuando resuelvo problemas:
- a. Miro alternativas hasta que puedo integrar una imagen totalizadora \_\_\_\_\_
  - b. Expreso oralmente las alternativas hasta que alguna me hace "clic" \_\_\_\_\_
  - c. Juego con las posibilidades hasta tener una sensación de seguridad \_\_\_\_\_

## SUMA LOS PUNTOS

RESPUESTAS "A"	RESPUESTAS "B"	RESPUESTAS "C"

La mayor puntuación de respuestas "a" corresponde a la predominancia visual

La mayor puntuación de respuestas "b" corresponde a la predominancia auditiva

La mayor puntuación de respuestas "c" corresponde a la predominancia kinestésica

Muradep (2009)

---

### VISUAL

- Movimiento, velocidad
- Color
- Posición
- Brillo
- Nitidez
- Claridad

### AUDITIVO

- Contenido
- Volumen
  - Tono
  - Velocidad (del sonido)
  - Origen (de dónde viene el sonido)
  - Entrada (por dónde me entra el sonido)

### KINESTÉSICO (sensaciones)

- Temperatura
- Textura
- Rigidez
- Vibración
- Presión
- Tamaño
- Forma