

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