



TEST SISTEMA DE REPRESENTACIÓN DOMINANTE

Diseñado por Ralph Metts (1999) y re-maquetado por Colectivo Cinética

Establece cuál es tu sistema de representación dominante valorando desde el 1 (muy en desacuerdo) al 5 (totalmente de acuerdo) las siguientes afirmaciones.

- | | | | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Me ayuda escribir a mano las palabras cuando tengo que aprenderlas de memoria | <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 2 | Recuerdo mejor las cosas cuando las cuenta el profesor/a que leyéndolas en el libro de texto | <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 3 | Se me dan bien las pruebas en las que tengo que demostrar lo aprendido leyendo el libro de texto | <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 4 | Me gusta comer y mascar chicle mientras estudio y hago ejercicios | <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 5 | Si presto atención a una exposición oral, puedo recordar las ideas principales sin anotarlas | <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 6 | Prefiero las instrucciones escritas antes que las orales | <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 7 | Resuelvo muy bien rompecabezas y laberintos | <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 8 | Se me dan bien las pruebas en las que he de demostrar lo que aprendí oyendo una conferencia | <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 9 | Me ayuda ver diapositivas y videos para comprender un tema | <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 10 | Recuerdo más cuando leo un libro que cuando escucho una exposición oral | <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 11 | Por lo general, tengo que escribir los números del teléfono para recordarlos bien | <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 12 | Prefiero recibir las noticias escuchando la radio antes que leerlas en un periódico | <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |
| 13 | Me gusta tener algo como un bolígrafo o un lápiz en la mano cuando estudio | <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td><td>5</td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | |

- 14 Necesito copiar los ejemplos de la pizarra del profesor/a para poder repasarlos más tarde

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
- 15 Prefiero las instrucciones orales del profesor/a a aquellas escritas en un examen o en la pizarra

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
- 16 Prefiero que los libros con diagramas gráficos y cuadros porque me ayudan a aprender mejor

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
- 17 Me gusta escuchar música al hacer ejercicios y estudiar.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
- 18 Las clases que más me gustan son aquellas en las que se organizan debates y se puede dialogar

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
- 19 Puedo corregir mi propia tarea examinándola y encontrando la mayoría de los errores

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
- 20 Prefiero las actividades en las que tengo que hacer cosas y puedo moverme

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
- 21 Puedo recordar los números de teléfono cuando los oigo

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
- 22 Me encanta hacer cosas con las manos y herramientas

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
- 23 Cuando escribo algo, necesito leerlo en voz alta para oír como suena

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---
- 24 Recuerdo mejor las cosas cuando puedo moverme o caminar mientras estoy aprendiéndolas

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

En Colectivo Cinética creemos que la innovación educativa ha de basarse en el intercambio y la construcción compartida de conocimientos. Por eso, en aras de promover la inteligencia colectiva, os autorizamos a utilizar, modificar y compartir este documento, siempre que respetéis su autoría y, por supuesto, lo convirtáis en algo mejor.

EVALUACIÓN DEL TEST

Rellena las siguientes tablas escribiendo en el recuadro de cada pregunta la puntuación que estableciste en el test anterior. Luego suma estos puntajes y tendrás tu sistema de representación dominante: los que presenten valores más altos

VISUAL	1	3	6	9	10	11	14	16	TOTAL

AUDITIVO	1	3	6	9	10	11	14	16	TOTAL

KINESTÉSICO	1	3	6	9	10	11	14	16	TOTAL

VISUAL

CÓMO APRENDO...

APRENDO LO QUE VEO. PIENSO EN IMÁGENES.
NECESITO UNA VISIÓN DETALLADA DE TODO.
ME CUESTA RECORDAR LO QUE OIGO.
ALMACENO INFORMACIÓN RÁPIDAMENTE Y EN CUALQUIER ORDEN.
ALMACENO INFORMACIÓN A TRAVÉS DE SENSACIONES CORPORALES Y MOVIMIENTO.
ME DISTRAIGO CUANDO LAS EXPLICACIONES SON BÁSICAMENTE AUDITIVAS Y NO ME INVOLUCRAN DE ALGUNA FORMA

PROPUESTAS ADECUADAS PARA MÍ

TOCAR, MOVER, SENTIR, TRABAJO DE CAMPO,
PINTAR, DIBUJAR, BAILAR, LABORATORIO,
HACER COSAS, MOSTRAR, REPARAR COSAS.



AUDITIVO

CÓMO APRENDO...

APRENDO LO QUE OIGO.
TIENDO A UTILIZAR LA REPETICIÓN ORAL.
NO SUELO TENER UNA VISIÓN GLOBAL DE LAS COSAS. ALMACENO INFORMACIÓN DE MANERA SECUENCIAL Y POR BLOQUES ENTEROS, POR ESO ME PIERDO SI ME PREGUNTAS POR UN ELEMENTO AISLADO O ME CAMBIAS EL ORDEN DE LA PREGUNTA.
ME DISTRAIGO CON EL RUIDO.

PROPUESTAS ADECUADAS PARA MÍ

ESCUCHAR, OÍR, CANTAR, RITMO, DEBATES,
DISCUSIONES, CINTAS AUDIO, LECTURAS,
HABLAR EN PÚBLICO, TELEFONEAR, GRUPOS PEQUEÑOS, ENTREVISTAS.



KINESTÉSICO

CÓMO APRENDO...

APRENDO TOCANDO Y HACIENDO.
NECESITO INVOLUCRARME FÍSICAMENTE EN EL TRABAJO.
SOY MÁS DE IMPRESIONES GENERALES QUE DE DETALLES.
ALMACENO INFORMACIÓN A TRAVÉS DE SENSACIONES CORPORALES Y MOVIMIENTO.
ME DISTRAIGO CUANDO LAS EXPLICACIONES SON BÁSICAMENTE AUDITIVAS Y NO ME INVOLUCRAN DE ALGUNA FORMA

PROPUESTAS ADECUADAS PARA MÍ

TOCAR, MOVER, SENTIR, TRABAJO DE CAMPO,
PINTAR, DIBUJAR, BAILAR, LABORATORIO,
HACER COSAS, MOSTRAR, REPARAR COSAS.

