CUÁL ES TU ESTILO??

Test de Roberts Dilts: Estilos Representacionales

Objetivo

Reconocer en otros o en nosotros mismos cuál es el canal dominante.

Qué canal hemos desarrollado mayoritariamente en nuestro aprendiza-

je, así como reconocerlo en otros. También podemos utilizarlo para una

comunicación más eficaz al igualar el sistema representacional de otras

personas.

Consigna

Debemos leer las preguntas e indicar cuál se ajusta más a nuestras

preferencias. Si una única respuesta no basta, podemos indicar dos o

más.

Preguntas Clave:

1) Recordá alguna ocasión en la que hayas aprendido a hacer

algo nuevo, por ejemplo un juego de mesa. ¿Cómo aprendiste

mejor?:

**C)** Experimentando, probándolo vos mismo.

A) Por medio de indicaciones visuales: imágenes, diagramas o instruc-

ciones escritas.

B) Escuchando las explicaciones de alguien.

2) Tenés dificultades para encontrar el hotel en que te alojás

en una ciudad donde sólo llevás unos pocos días. ¿Qué hacés?:

B) Pregunto.

**A)** Pongo el GPS o el Google maps.

C) Sigo conduciendo en busca de alguna referencia conocida.

3) Tenés que aprender un nuevo programa informático ¿Qué

hacés?:

**A)** Consulto el manual que viene con el programa.

B) Llamo a un conocido y le pregunto.

C) Le pido a un amigo que me ayude.

Comunicación Efectiva

4) No estás muy seguro de si se escribe "haber" o "a ver" ¿Qué

hacés?:

**A)** Me imagino ambas versiones mentalmente y elijo la que me parece

correcta.

B) Las escucho mentalmente.

C) Las escribo y elijo la que me parece mejor.

5) Preferís a los docentes o conferenciantes que utilizan:

**C)** Salidas de campo, laboratorios, prácticas vivenciales.

A) Diagramas de flujo, apuntes, transparencias.

B) Discusiones, conferenciantes invitados.

6) Compraste un artículo que tenés que armar vos. ¿Qué te ayu-

dará más?

**A)** Ver un video o consultar las instrucciones impresas.

B) Escuchar una grabación que describa los pasos a seguir.

C) Comenzar a armarlo y aprender sobre la marcha.

7) Te estás ocupando de la casa de un amigo durante su ausen-

cia. Tenés que aprender rápidamente a cuidar su jardín y sus

animales. Lo mejor será:

A) Ver cómo lo hace otra persona.

**B)** Recibir instrucciones y aclararlas a fondo.

C) Que alguien te acompañe mientras lo hacés.

8) Alguien te confía un número importante que debes recordar,

por ejemplo, algún código o un número de serie. Para estar se-

guro de recordarlo, lo mejor será:

B) Repetírtelo o repetirlo a otra persona.

A) Hacerte una imagen mental de ese número.

**C)** Escribirlo o teclearlo varias veces.

Comunicación Efectiva

9) Tenés que realizar una presentación ante un grupo reducido

de personas. Para sentirte cómodo preferís:

B) Tener claro el tono de voz y las palabras que vas a comunicar.

**A)** Tener a mano diagramas y notas que puedas consultar durante la

presentación.

**C)** Haber ensayado la presentación varias veces.

10) ¿Con cuál de las siguientes aficiones disfrutás más?

**C)** Pasear/cuidar del jardín/bailar.

A) Dibujar/pintar/ver paisajes/sacar fotografías.

**B)** Música/cantar/contar historias.

11) Para adquirir una nueva habilidad preferís:

B) Escuchar una descripción y hacer preguntas.

**A)** Ver diagramas y presentaciones.

**C)** Hacer ejercicios.

12) Cuando querés/tenés que enseñar algo a alguien:

**A)** Creás una imagen para esa persona.

**B)** Lo explicás lógicamente.

**C)** Lo acompañás físicamente mientras lo hace.

Para determinar la preferencia de nuestro aprendizaje o el de otros de-

beremos sumar el número de A, B y C que hemos anotado y podremos

conocer nuestros canales más altamente desarrollados.

Suma de la cantidad de A (Visual): ....7......

Suma de la cantidad de B (Auditivo): ..3........

Suma de la cantidad de C (Kinestésico): ....7......

Mi Sistema Representativo Preferencial es: Visual