

Prueba para detectar su preferencia de uso de Hemisferio cerebral

1. En una situación de solución de problemas usted:

- a) Se toma un tiempo para caminar, murmura y masculla soluciones y luego las discute.
- b) Piensa acerca del problema, escribe las alternativas, las arregla de acuerdo a prioridades y luego escoge la mejor.
- c) Se acuerda de experiencias que fueron exitosas y las implementa.
- d) Espera para ver si la situación se acomoda por sí misma.

2. Soñar despierto es:

- a) Pérdida de tiempo.
- b) Divertido y relajante.
- c) Una gran ayuda en la solución de problemas y en el pensar creativamente.
- d) Una herramienta viable para planificar mi futuro.

3. Con respecto a presentimientos o corazonadas:

- a) Frecuentemente tengo unos muy fuertes y los sigo.
- b) Tengo fuertes presentimientos pero conscientemente no los sigo.
- c) Ocasionalmente tengo presentimientos pero no creo en ellos.
- d) Yo no confiaría en presentimiento para que me ayuden a tomar decisiones importantes.

4. Pensando en las actividades que tiene que desarrollar durante el día, cuál representa mejor su estilo:

- a) Yo hago una lista de todas las cosas que tengo que hacer y las personas que tengo que ver.
- b) Yo me imagino los lugares a los cuales iré, a la gente que veré y las cosas que haré.
- c) Solamente dejo que suceda.
- d) Yo planifico el día haciendo un horario en el que asigno un tiempo para cada actividad.

5. Generalmente tiene un lugar para cada cosa, un sistema para hacer sus cosas y habilidad para organizar la información y materiales que recoge:

- a) si-----
- b) no-----

6. Le gusta cambiar de lugar los muebles, cambiar frecuentemente la decoración de su hogar u oficina:

- a) si----
- b) no-----

7. Usted aprende mejor a bailar y a hacer ejercicios:

- a) Imitando, siguiendo el sentido o ritmo de la música o el juego.
- b) Aprendiendo la secuencia y repitiendo los pasos mentalmente.

8. En los deportes o actuando en público usted casi siempre lo hace mejor que lo que su entrenamiento y habilidades garantizan:

- a) si-----
- b) no-----

9. Se expresa usted bien verbalmente:

a) si-----

b) no-----

10. Está usted orientado hacia objetivos:

a) si----

b) no-----

11. Cuando quiere recordar direcciones, nombres o nuevos elementos o cosas, usted:

a) Visualiza la información.

b) Escribe notas.

c) Lo verbaliza (se lo repite a sí mismo en el pensamiento o en voz alta).

d) Asocia con información previa.

12. Recuerda las caras con facilidad:

a) si-----

b) no-----

13. En el uso del lenguaje usted:

a) Ensambla palabras.

b) Inventar rimas e incorpora metáforas.

c) Escoge términos exactos y precisos

14. En una situación de comunicación usted se siente más cómodo siendo:

a) Quien escucha.

b) Quien habla

15. En una discusión usted tiende a:

a) Hablar hasta que su punto de vista se acepte.

b) Encontrar una autoridad que apoye su punto de vista.

c) Darse por vencido.

d) Empujar su silla, golpear la mesa con el puño, hablar en voz alta y hasta gritar.

16. Puede usted decir de manera bastante precisa cuánto tiempo ha transcurrido sin mirar el reloj:

a) si----

b) no-----

17. Usted prefiere situaciones sociales que hayan sido:

a) Planificadas de antemano.

b) Espontáneas

18. Cuando se prepara para hacer una nueva tarea o una tarea difícil, usted:

a) Se ve a sí mismo llevando a cabo la tarea efectivamente.

b) Recuerda situaciones pasadas similares.

c) Prepara datos suficientes con respecto a la tarea a desarrollar.

19. Usted prefiere trabajar:

a) Solo

b) En grupo

20. En la escuela usted prefería:

a) Álgebra.

b) Geometría

21. De las siguientes posiciones para escribir a mano, cuál se parece más a la suya:

- a) Posición regular de escritura con la mano derecha.
- b) Con los dedos de la mano derecha en forma de gancho, es decir con los dedos apuntando a su pecho.
- c) Posición regular de escritura con la mano izquierda.
- d) Con los dedos de la mano izquierda en forma de gancho, es decir, con los dedos apuntando a su pecho.

22. Cuando toma notas, hace usted letra de imprenta o dibujitos:

- a) Raras veces
- b) Frecuentemente

23. Usted gesticula para:

- a) Enfatizar un punto.
- b) Expresar sus sentimientos

24. Usted intuitivamente siente que algo es correcto o incorrecto, o lo decide con base en las informaciones:

- a) Siente
- b) decide

25. Disfruta el correr riesgos:

- a) si----
- b) no----

26. Luego de asistir a un musical:

- a) Puede tararear las canciones de la presentación.
- b) Recuerda la mayoría de las letras de las canciones,

27. Tome un lápiz y colóquelo en posición perpendicular al suelo a la distancia de su brazo extendido y centrado en su línea de visión y alineado con el marco de un pizarrón o una puerta. Mantenga esta posición y cierre su ojo izquierdo.

¿Le pareció que se movía el lápiz? Cierre ahora su ojo derecho, le parece que se movió el lápiz:

- a) Sí, cuando cerré el ojo izquierdo.
- b) Sí, cuando cerré el ojo derecho.

28. Siéntese en una posición relajada y entrelace sus manos cómodamente en sus muslos. ¿Cuál pulgar quedó arriba?

- a) El izquierdo
- b) El derecho
- c) Paralelos

29. Yo tengo:

- a) Cambios frecuentes de humor.
- b) Muy pocos cambios de humor

30. Yo soy:

- a) Poco consciente del lenguaje del cuerpo, prefiero escuchar lo que la gente dice.
- b) Bueno interpretando el lenguaje del cuerpo.
- c) Bueno entendiendo lo que la gente dice y el lenguaje del cuerpo, o sea ambos.

1.- Evalúe las respuestas de la forma siguiente:

	a	b	c	d
1	7	1	3	9
2	1	5	7	9
3	9	7	3	1
4	1	7	9	3
5	1	9		
6	9	1		
7	9	1		
8	9	1		
9	1	7		
10	1	9		
11	9	1	3	5
12	7	1		
13	9	5	1	
14	6	3		
15	3	1	7	9
16	1	9		
17	1	9		
18	9	5	1	
19	3	7		
20	1	9		
21	1	7	9	3
22	1	9		
23	2	8		
24	9	1		
25	7	3		
26	9	1		
27	8	2		
28	1	9	5	
29	9	1		
30	1	7	5	

2.- Sume el total alcanzado y divídalo entre 30.

3.- Lleve la puntuación lograda al siguiente esquema:

CEREBRO IZQUIERDO CEREBRO DERECHO

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Su P.U.C (preferencia de uso cerebral) indica en general su estilo de pensamiento, lo cual da como resultado un modelo de comportamiento o un patrón consciente que es usado en casi todas las áreas de su vida, sin embargo, éste puede variar, sobre todo en momento de crisis o de gran euforia y ellos brindan la oportunidad para aprovecharlos.