



# AUTOEVALUACIÓN DE LA DOMINANCIA CEREBRAL

El test dividido en cuatro secciones. En cada sección encontrará un párrafo descriptivo seguido por 15 frases para ayudarte a evaluar su fortaleza en ese modo exclusivamente. A medida que vaya leyendo tome en cuenta dos cosas:

- 1 La dominancia es normal y natural. No espere, ni intente, lograr un puntaje alto en los cuatro modos. La mayoría de las personas tienen un puntaje alto sólo en una o en dos áreas (y así es como debería ser).
- 2 Existe una diferencia importante entre preferencia y competencia. No trate de identificar lo que puede hacer. Identifique lo que le gusta hacer y lo que hace con mayor facilidad y sin esfuerzo.

Por estas razones, a medida que lea la evaluación, tenga en cuenta la manera en que piensa y actúa en el trabajo y en su casa. Trate de recordar el grado de verdadera comodidad con cada frase. Busque palabras en cada frase con las que se identifique. Sea sensible al hecho de que quizá haya desarrollado competencias o habilidades en áreas que no necesariamente son de su preferencia, como podría ser el caso de un niño que nace zurdo y pudo haber desarrollado una competencia para el uso de la mano derecha.

Si usted hace algo bien pero no siente comodidad, tranquilidad, satisfacción y agrado al hacerlo, quizá su habilidad no sea una preferencia. Cuanto más cómodo se sienta al aplicar esas palabras o frases específicas a usted mismo, más probable será que tenga una preferencia natural para ese modo.

En la siguiente tabla anote los puntajes que obtenga en cada uno de los modos que se presentan en las páginas siguientes

**MODO I**

Basal Izquierdo

**MODO II**

Basal Derecho

**MODO III**

Frontal Derecho

**MODO IV**

Frontal Izquierdo

## MODO I

**PARTE A.** El pensamiento de este modo es ordenado y se basa en procedimientos. Se distingue por la habilidad de repetir una acción de manera consistente y precisa a lo largo del tiempo. Encuentra satisfacción y una sensación de logro al seguir rutinas y procedimientos establecidos. Presta mucha atención a los detalles. Es leal, cumplidor y confiable. Durante años podría permanecer en una misma compañía, donde se le valora por la consistencia de su trabajo y por la minuciosidad con que completa sus tareas. Es naturalmente conservador, aprecia los valores tradicionales y prefiere abordar las tareas y resolver los problemas paso a paso.

Ahora, en una escala de 0 (no, en absoluto) a 5 (completamente), cuán cómodo se siente con este párrafo como descripción de su persona?. Escriba ese numero:

**PARTE B.** Lea las 15 frases colocando una X en aquellas que sean muy descriptivas de su persona. Deje en blanco todas las que no le aplican o que lo describen en forma limitada.

1. Me destaco en mantener las cosas organizadas

2. Me gusta trabajar en los detalles

3. Soy muy productivo, confiable y autodisciplinado

4. Disfruto de hacer tareas tales como clasificar, archivar, planificar, etc.

5. Creo que las reglas son importantes y deben cumplirse

6. Para trabajar prefiero guiarme por instrucciones y procedimientos específicos

7. Me considero conservador y tradicional

8. Tanto en el trabajo como en casa me gusta tener un lugar específico para cada cosa

9. Utilizo un método paso a paso para resolver los problemas y abordar las tareas

10. Me disgustan la ambigüedad y la falta de previsión

11. Completo mis tareas de forma puntual y ordenada

12. Prefiero relacionarme con personas que controlen sus emociones y se comporten adecuadamente

13. Siempre leo las instrucciones completamente antes de iniciar un proyecto

14. Disfruto de tener rutinas regulares y seguirlas

15. Prefiero programar mi vida personal y profesional y me molesta cuando tengo que desviarme.

Para calcular su puntaje de la parte B, cuente la cantidad de "X" que marcó más arriba y anótese (1) un punto para cada uno. Escriba su total aquí.

**PUNTAJE TOTAL:** Ahora, sume los puntos de la Parte A y la Parte B y anote el total del MODO I

## MODO II

**PARTE A.** El pensamiento de este modo es espiritual y simbólico y se basa en los sentimientos. Percibe las sutilezas y toma el estado de ánimo, las emociones y las señales no verbales de los demás. Suele ser muy expresivos y de manera instintiva transmite alivio, alienta a los demás y se conecta con ellos por medio de palabras y gestos. Es compasivo por naturaleza y cree que es sumamente importante la forma en que sienta una persona y transmite esta inquietud de empatía, de armonía interpersonal y de relaciones tanto a su vida personal como a la profesional. Dada su habilidad de empatía y de relacionarse de manera positiva, también destaca por motivar a los demás a "unirse" compartiendo su emoción, entusiasmo y apoyo.

Ahora, en una escala de 0 (no, en absoluto) a 5 (completamente), cuán cómodo se siente con este párrafo como descripción de su persona?. Escriba ese número:

**PARTE B.** Lea las 15 frases colocando una X en aquellas que sean muy descriptivas de su persona. Deje en blanco todas las que no le aplican o que lo describen en forma limitada.

1. Presto especial atención al lenguaje corporal y a la comunicación no verbal y tengo la capacidad de comprenderlo.

2. Creo que los sentimientos son más verdaderos y más importantes que los pensamientos.

3. Disfruto de "conectarme" verbalmente con los demás, de escuchar sus problemas y compartir sus sentimientos.

4. Me considero una persona sumamente espiritual.

5. Me relaciono con los demás con empatía y me resulta fácil sentir lo que ellos sienten.

6. Me destaco en generar entusiasmo y en motivar positivamente a los demás.

7. Con frecuencia toco a las personas espontáneamente de manera alentadora.

8. Automáticamente observo el rostro de la persona con la que hablo.

9. Me encanta cantar, bailar y escuchar música.

10. Creo que el desarrollo y el crecimiento personal son sumamente importantes.

11. Defino el éxito según la calidad de la experiencia.

12. Considero que las relaciones son la parte más importante de mi vida.

13. Me siento incómodo ante situaciones de conflicto.

14. Considero que la cooperación y la armonía son los valores humanos más importantes

15. Siempre deseo saber cómo se siente la gente y cómo se relaciona

Para calcular su puntaje de la parte B, cuente la cantidad de "X" que marcó más arriba y anótese (i) un punto para cada uno. Escriba su total aquí.

**PUNTAJE TOTAL:** Ahora, sume los puntos de la Parte A y la Parte B y anote el total del MODO II

## MODO III

**PARTE A.** El pensamiento de este modo es visual, espacial y no verbal. La persona es metafórica y conceptual, se expresa como en imágenes, fotos o "películas" internas que le encanta ver, lo que lo convierte en un maestro de la integración, la innovación y la imaginación. Se aburre fácilmente y busca constantemente la estimulación de nuevos conceptos, nuevas aventuras e información. Se le identifica fácilmente por su "sistema de archivo" visual que almacena el material en pilas por toda la casa u oficina y por su extraño y a veces "especial" sentido del humor. Como "altruista conceptual" se interesa por la humanidad y su evolución, aunque quizá no sea adepto a relacionarse uno a uno.

Ahora, en una escala de 0 (no, en absoluto) a 5 (completamente), cuán cómodo se siente con este párrafo como descripción de su persona?. Escriba ese numero:

**PARTE B.** Lea las 15 frases colocando una X en aquellas que sean muy descriptivas de su persona. Deje en blanco todas las que no le aplican o que lo describen en forma limitada.

1. Me concentro más en el "cuadro general" que en los detalles "quisquillosos", como la ortografía llevar el saldo de mi cuenta corriente.

2. Habitualmente se me ocurren ideas innovadoras y soluciones creativas.

3. Se me reconoce como una persona muy expresiva y con mucha energía.

4. Claramente me disgustan las tareas o actividades rutinarias y me aburro enseguida de ellas.

5. Me destaco en sintetizar ideas o temas distintos en "un todo" nuevo

6. Prefiero trabajar en forma simultánea, procesando muchas ideas y tareas al mismo tiempo.

7. Considero que la novedad, la originalidad y la evolución son los valores más importantes.

8. Encuentro fácilmente la información en las pilas que armo para organizar mi casa / oficina

9. Utilizo metáforas y analogías visuales para explicar mi pensamiento a los demás

10. Me entusiasmo con las ideas novedosas o "extrañas" de los demás.

11. A la hora de resolver problemas, confío en los presentimientos y en mi intuición.

12. Tengo un sentido del humor que me ha llevado a tener problemas por no comportarme adecuadamente

13. Algunas de mis mejores ideas surgen mientras "no estoy haciendo nada en particular"

14. He desarrollado muy bien mis facilidades relacionadas con el espacio y puedo "ver" fácilmente como reorganizar una habitación, volver a hacer una valija u ordenar el baúl del automóvil de modo tal que todo quepa bien.

15. Tengo talento artístico.

Para calcular su puntaje de la parte B, cuente la cantidad de "X" que marcó más arriba y anótese (i) un punto para cada uno. Escriba su total aquí.

**PUNTAJE TOTAL:** Ahora, sume los puntos de la Parte A y la Parte B y anote el total del MODO III

## MODO IV

**PARTE A.** El pensamiento de este modo es lógico y matemático. Destaca en el análisis crítico, la resolución de problemas de diagnóstico y en el uso de máquinas y herramientas. Tiene metas bien definidas y capacidad de calcular las estrategias más eficientes y costo-efectivas para cualquier situación. Esto lo lleva a posiciones de liderazgo en las que puede controlar las decisiones clave y manipular las circunstancias para alinearlas con los resultados deseados. Dada su habilidad de ser crítico y preciso, no es sorprendente que prefiera trabajos técnicos, mecánicos o financieros.

Ahora, en una escala de 0 (no, en absoluto) a 5 (completamente), cuán cómodo se siente con este párrafo como descripción de su persona?. Escriba ese numero:

**PARTE B.** Lea las 15 frases colocando una X en aquellas que sean muy descriptivas de su persona. Deje en blanco todas las que no le aplican o que lo describen en forma limitada.

1. Prefiero trabajar en temas técnicos o financieros

2. Me gusta el pensamiento analítico y crítico.

3. Tengo buenas habilidades para resolver problemas técnicos y de diagnóstico.

4. Me destaco en el estudio de las ciencias, finanzas, matemáticas y lógica.

5. Me doy cuenta de que disfruto y recargo las energías en debates y disputas verbales.

6. Me destaco en entender el funcionamiento de las máquinas y disfruto al usar herramientas y construir o reparar cosas.

7. Prefiero tener la responsabilidad final a la hora de tomar decisiones y determinar prioridades.

8. Considero que pensar es significativamente más importante que sentir.

9. Me destaco en realizar inversiones y en administrar y potenciar los recursos clave como el tiempo y el dinero.

10. Me considero básicamente un pensador lógico.

11. Me destaco en delegar y dar órdenes.

12. Suelo organizar el material en puntos clave y en principios operativos.

13. Evalúo mi éxito en función de los resultados reales que produzco y por el resultado final.

14. Me considero un líder poderoso, decidido y efectivo.

15. Valoro la efectividad y la racionalidad por encima de todo lo demás.

Para calcular su puntaje de la parte B, cuente la cantidad de "X" que marcó más arriba y anótese (1) un punto para cada uno. Escriba su total aquí.

**PUNTAJE TOTAL:** Ahora, sume los puntos de la Parte A y la Parte B y anote el total del MODO IV