



TEST DE PNL

A través del test de PNL podrás identificar por medio de una simples preguntas, que sistema representativo o que mapa mental tienes, es decir que podrás saber si eres **visual, auditivo o kinestésico**.

Consejo: Haz el test en compañía de otra persona que lea las preguntas y tu simplemente vas sumando las respuestas positivas con un punto por respuesta positiva, márcalo con una raya (|) o letra (x), al finalizar simplemente cuenta el total de puntos.

Importante: Cada pregunta debes responderla en 1 a 2 segundos máximo, y debes ser honesto con tu respuesta, de lo contrario el resultado no será el correcto.

Son 60 preguntas en total, 20 corresponden al mapa Kinestésico, 20 al mapa visual y 20 al mapa auditivo.

Suma el total de cada tanda de preguntas, la que sea mas alta será tu mapa personal.

SISTEMA KINESTÉSICO

1. Me gusta la gimnasia.
2. Hago gimnasia.
3. Cuando suena la música, sigo el ritmo con el cuerpo.
4. Me gusta sentir la brisa en el rostro.
5. Tengo buena coordinación.
6. Me gusta sentir el material de la ropa que me pongo.

7. Me acariciaron y cargaron mucho cuando niño
8. Disfruto de los masajes.
9. Me gusta comer.
10. Me estiro y bostezo cuando siento deseos.
11. Me gusta el tacto y el contacto.
12. Muchas veces me siento tenso
13. Me agrada que me rasquen la espalda.
14. Me encanta tomar un baño caliente.
15. Acaricio los animales.
16. Toco y abrazo a la gente con frecuencia.
17. Tiendo a ganar peso.
18. Disfruto haciendo trabajos manuales.
19. Aprendo más rápido cuando escribo las cosas.
20. Practico algún deporte.

TOTAL DE PUNTOS _____

SISTEMA AUDITIVO

1. Escucho Radio con frecuencia.
2. Hablo con los animales.
3. Oigo música para relajarme.
4. Hablo mucho.
5. Soy buen oyente.
6. Tengo una biblioteca musical grande
7. Me gusta conversar largamente.
8. Estudio en voz alta.
9. Hablo bastante por teléfono.
10. Grabo las clases o conferencias.
11. Voy a conciertos.
12. Hablo con las plantas.
13. Me hablo a mí mismo.

14. Hablo con los objetos.
15. Me repito a mí mismo para recordar las cosas.
16. Oigo los ruidos de los carros y me pueden molestar.
17. Me gusta que me den instrucciones verbalmente.
18. Escribo poesías rimadas.
19. Escucho el sonido del viento.
20. Me atraen los sonidos de las ciudades.

TOTAL DE PUNTOS _____

SISTEMA VISUAL

1. Me gusta ver Televisión.
2. Me gusta leer libros y Revistas
3. Me gusta que me den las instrucciones por escrito.
4. Escribo listas de lo que tengo que hacer.
5. Resuelvo crucigramas, sopas de letras, etc...
6. Me interesa mucho la forma como luzco.
7. Voy a museos y galerías de arte, exposiciones.
8. Entiendo fácilmente los mapas
9. Me gusta ver fotos.
10. Me gusta el cine.
11. Me gusta mantener mi casa impecable.
12. Me gusta observar a las personas.
13. Observo los avisos, pancartas y anuncios de la ciudad
14. Cuando viajo, tomo muchas fotografías
15. Me gusta Comprar flores.
16. Soy observador (a).
17. Me gusta decorar mi casa con buen gusto.
18. Me fijo cómo están vestidas las personas.
19. Siempre arreglo las abolladuras y rayones de mi carro.
20. Tomo apuntes cuando estudio o atiendo a una conferencia.

TOTAL DE PUNTOS: _____

SISTEMA QUE PREDOMINA EN TI _____

Comparte este test con las personas que aprecies, si el resultado no fue favorable según tus criterios espera un par de días y repítelo, sin embargo recuerda que tu respuesta debe ser rápida y auténtica para obtener un resultado óptimo.

Si tienes alguna pregunta déjame tu comentario o escríbeme a consultas@lestermorales.com

Sígueme en: www.facebook.com/lestermoralescoach

Youtube: www.youtube.com/lestermorales1

Web: www.lestermorales.com