

NOMBRE Y APELLIDOS:

Fecha de Nacimiento:

Sexo: V M

Fecha de realización:

El siguiente cuestionario está dirigido a conocer el estilo de aprendizaje de cada persona. Los datos que se obtengan del cuestionario nos ayudarán (a usted y a su coach) a entender cómo le es más fácil aprender y por consiguiente le podrá ayudar más en su proceso de coaching.

Le informo que toda la información que se obtenga es de carácter estrictamente confidencial.

INSTRUCCIONES:

A continuación hay una serie de situaciones relacionadas con aspectos de su vida diaria. Lea, por favor, atentamente cada frase y tache con una cruz la cifra que represente mejor su grado de identificación o acuerdo con cada afirmación; desde el 1 (no lo utilizo apenas) hasta el 7 (la afirmación refleja a la perfección mi forma de comportarme).

1. Piensa en una situación en la que aprendiste a jugar por primera vez a un juego de sobremesa, ¿Cómo te fue más fácil?

a) Al escuchar las explicaciones de alguien	1 2 3 4 5 6 7
b) Por las indicaciones visuales a través de imágenes, diagramas, dibujos o instrucciones escritas.	1 2 3 4 5 6 7
c) Experimentando, probándolo tú mismo.	1 2 3 4 5 6 7

2. Imagínate que tienes dificultades para encontrar el hotel en el que te alojas en una ciudad que no conoces, ¿qué haces?

a) Preguntas	1 2 3 4 5 6 7
b) Miras el mapa	1 2 3 4 5 6 7
c) Sigues conduciendo en busca de alguna referencia conocida.	1 2 3 4 5 6 7

3. Imagínate que tienes que aprender un nuevo programa informático, ¿qué haces?

a) Llamas a un conocido/a y le preguntas	1 2 3 4 5 6 7
b) Consultas el manual del programa informático	1 2 3 4 5 6 7
c) Le pides a un/a amigo/a que te ayude	1 2 3 4 5 6 7

4. Estás redactando un documento y dudas en cómo se escribe: “haber” o “a ver”, ¿qué haces?

a) Las dices y escuchas mentalmente	1 2 3 4 5 6 7
b) Te imaginas ambas versiones mentalmente y eliges la que te parece correcta	1 2 3 4 5 6 7
c) Las escribes y eliges la que te parece correcta	1 2 3 4 5 6 7

5. Cuando asistes a una clase/conferencia/charla ¿qué prefieres que utilice el/a ponente?

a) Que se realicen discusiones, que asistan ponentes invitado/as	1 2 3 4 5 6 7
b) Que utilicen diagramas de flujo, apuntes, transparencias, documentos impresos.	1 2 3 4 5 6 7
c) Que se realicen salidas al campo, prácticas en laboratorios, sesiones prácticas.	1 2 3 4 5 6 7

6. Cuando un compras un artículo que tienes que montar tú mismo, ¿qué te ayuda más?

- | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|
| a) Escuchar en audio, las instrucciones de montaje, que describe los pasos a seguir. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| b) Ver un vídeo y/o consultar las instrucciones impresas en el manual | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| c) Comenzar a montarlo directamente y aprender mientras lo realizas. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

7. Te tienes que ocupar de la casa de un amigo/a durante su ausencia. Tienes que cuidar de su jardín y de sus animales de compañía y no sabes cómo hacerlo, ¿cómo aprenderías más rápido y mejor?

- | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|
| a) Recibiendo las instrucciones y aclarándolas a fondo | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| b) Viendo cómo las hace otra persona | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| c) Que alguien te acompañe mientras lo hace | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

8. Cuando tienes que recordar obligatoriamente de memoria un número de teléfono, un código o un número de serie, ¿cómo lo haces?

- | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|
| a) Repitiéndolo a ti mismo o/y a otra persona varias veces | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| b) Haciéndote una imagen mental del número | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| c) Escribiéndolo o tecleándolo varias veces | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

9. Cuando tienes que realizar una presentación ante un grupo reducido de personas, para sentirte más cómodo prefieres:

- | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|
| a) Tener claro el tono de voz y las palabras con las que vas a comunicar. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| b) Tener a mano diagramas y notas que puedas consultar durante la presentación | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| c) Haber ensayado la presentación varias veces | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

10. Puntúa en las siguientes aficiones tu grado de disfrute cuando las realizas

- | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|
| a) Escuchar música/ cantar/ contar historias | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| b) Dibujar/pintar/ver paisajes/ sacar fotografías. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| c) Pasear/cuidar del jardín/bailar | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

11. Cuando tienes que desarrollar una nueva habilidad:

- | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| a) Escuchar una descripción y hacer preguntas | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| b) Ver diagramas y presentaciones | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| c) Hacer ejercicios prácticos | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

12. Cuando tienes que enseñar algo a alguien:

- | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|---|
| a) Se lo explicas lógicamente | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| b) Creas una imagen para esa persona. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| c) La acompañas físicamente mientras lo hace | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |

PAUTAS DE CORRECCIÓN DEL CUESTIONARIO “ABC” DE ESTILOS DE APRENDIZAJE

Para calcular la puntuación se procede de la siguiente forma:

1º. Hacer tres columnas:

A

B (V)

C

2º. En cada columna poner debajo las puntuaciones que hemos dado a esa opción en cada pregunta

3º. Sumar el total de cada columna por separado

PAUTAS DE INTERPRETACIÓN

Se compara la puntuación total obtenida con los siguientes rangos:

PREDOMINANCIA BAJA

Igual o menor a 41

PREDOMINANCIA MEDI

42 - 63

PREDOMINANCIA ALTA

64 - 84

a): AUDITIVO/A

b): VISUAL

c): CINESTÉSICO