



# TEST CUADROMINANCIA CEREBRAL

## LA CUADRIDOMINANCIA

El cuerpo humano se caracteriza por tener una serie de estructuras pares (brazos, piernas, rostro, ojos y varios órganos internos); si bien un lado del cuerpo parece ser el espejo del otro, en realidad estamos formados por partes asimétricas, en las cuales prevalece la dominancia de una sobre otra, así como diferencias poco perceptibles en muchos casos.

El cerebro es uno de los órganos que ejemplifica con claridad la asimetría: Está compuesto por dos hemisferios (división horizontal) y dos grandes cortezas (división vertical): Límbica, la más profunda, y cortical, la más externa. Cuando las personas nacen, su cerebro no ha establecido preferencias en el uso de uno u otro de sus hemisferios y cortezas, este proceso surge con base en las experiencias individuales y sociales que empieza a vivir el ser humano, que le llevan a generar una dominancia cerebral característica.

El cerebro es altamente flexible y modelable, y está comprobado que la exposición a diversas experiencias le permiten cambiar de forma constante; por ejemplo, los científicos del University College London realizaron un estudio con 16 taxistas, a través de resonancia magnética, demostrando que su hipocampo, parte del cerebro que controla la orientación, crece con el tiempo. Por ello, la dominancia cerebral actual puede tener modificaciones favorables, llevando a las personas a potenciar la cuadridominancia (participación de los dos hemisferios y cortezas) en su forma de pensar, sentir y actuar.

El cuestionario que usted encontrará a continuación le permitirá aproximarse a su preferencia cerebral, que marca sus tendencias de interacción, y conocer las implicaciones que tiene en la forma en que usted se relaciona e interactúa en su medio; ello le permitirá identificar fortalezas, oportunidades, pautas para interactuar con personas que tienen preferencias diferentes a la suya y una orientación para potenciar su propio estilo en el entorno. Ello le ayudará a comprender algunos de sus comportamientos de la vida cotidiana y el por qué le resulta más fácil o difícil integrarse a distintas personas y equipos.

Recuerde ser totalmente sincero y objetivo con sus respuestas, eligiendo las opciones más cercanas a su forma de actuar, sentir y pensar. Tiene 10 minutos para responder.

## TEST DE CUADRODOMINANCIA

1. Elija, entre la lista de 40 acciones que se enuncian a continuación, las ocho que prefiere, marcándolas con una x.
2. De las 32 restantes, elija las cuatro con las que menos se identifica, marcándolas con una n.
3. A continuación, rodee con un círculo la que menos le gusta de las cuatro que eligió.
4. Subraye su acción favorita de las ocho que ha escogido previamente.

1.  Analizar
2.  Supervisar
3.  Ensayar ideas
4.  Sintetizar y resumir
5.  Implementar procedimientos
6.  Interactuar con fluidez
7.  Construir teorías o modelos conceptuales
8.  Planear
9.  Resolver problemas
10.  Relacionarse con gente nueva
11.  Innovar
12.  Administrar
13.  Enseñar
14.  Conocer las emociones de las personas
15.  Tomar decisiones

## TEST DE CUADRODOMINANCIA

16. \_\_ Evaluar
17. \_\_ Escuchar
18. \_\_ Estructurar procesos
19. \_\_ Actuar de forma racional
20. \_\_ Motivar
21. \_\_ Compartir con los demás
22. \_\_ Aprender
23. \_\_ Organizar
24. \_\_ Diseñar
25. \_\_ Influir en las personas
26. \_\_ Intuir
27. \_\_ Trabajar en los detalles
28. \_\_ Ser objetivo
29. \_\_ Conocer nuevos puntos de vista
30. \_\_ Dar prelación a la lógica
31. \_\_ Brindar instrucciones claras
32. \_\_ Controlar la calidad
33. \_\_ Imaginar
34. \_\_ Investigar