

VAK learning style indicators

		visual √	auditivo √	cenestésico /físico √
1	Cuando necesito direcciones yo...	miro en un mapa	Pregunto por direcciones	sigo a mi olfato o quizás use una brújula
2	cuando cocino un plato nuevo yo..	sigo una receta	Llamo a un amigo para que me la explique	Sigo mi instinto, probando mientras cocino
3	A la hora de enseñar algo a alguien yo..	Escribo instrucciones	Lo explico verbalmente	demuestro y después les dejo hacerlo a ellos
4	Suelo decir..	"Veo lo que quieres decir"	"Oigo lo que dices"	"Sé como te sientes"
5	Suelo decir..	"enséñame lo"	"cuéntame lo"	"déjame intentarlo"
6	Suelo decir..	"mira como lo hago"	"escucha lo que te estoy explicando"	"intentalo"
7	A la hora de aprender una habilidad nueva	Veó lo que hace el profesor	hablo mientras hago exactamente lo que se supone que debo hacer	Intento hacerlo yo y resolverlo mientras lo voy haciendo
8	A la hora de elegir menu en un restaurante	Imagino como será la comida	Hablo de las opciones en mi cabeza	Imagino el sabor de la comida
9	A la hora de escuchar música	Canto al unísono la letra (en mi cabeza o en alto)	Escucho la letra y el ritmo	Me muevo al ritmo de la música
10	Recuerdo mejor las cosas si..	escribo notas o mantengo impresos los detalles	las digo en voz alta o las repito con palabras clave en mi cabeza	haciendo o practicando la actividad, o imaginandome haciendola
11	Mi primer recuerdo es el de	Esta mirando algo	Que me hablen	Hacer algo
12	Me siento conectado a otros, principalmente a causa de la	Como se ven/ lo que aparentn	Lo que me dicen	Cómo me hacen sentir
13	En mi tiempo libre lo que más hago es	Ver la tele	Hablar con los amigos	hacer alguna actividad física o crear algo
14	Si estoy muy enfadado	Visualizo una y otra vez lo que me ha molestado	Grito mucho y le digo a la gente lo que siento	Pataleo y doy un portazo
15	Encuentro más fácil el recordar	Las caras	Los nombres	Las cosas que he hecho

VAK learning style indicators

16	Puedo saber si alguien miente si	Evitan el contacto visual	Su tono de voz cambia	La sensación que percibo de ellos
	total	visual	auditivo	cenestésico /físico