TUS RESPUESTAS. TU PERSPECTIVA.

Comunicación

Reflexión personal cotidiana

Ejemplo completamente ficticio. Los valores ilustran un informe y no dicen nada sobre ti.

RESPONDIDAS: 24 / 24 | 4 ÁREAS DEL PERFIL

1

Acuerdos claros

En «Acuerdos claros», tus respuestas muestran mayor acuerdo con las afirmaciones de este ámbito. Describe tu preferencia por acuerdos explícitos. Este patrón destaca en tus respuestas; no es una comparación con otras personas.

2

Elegir formatos de comunicación

En «Elegir formatos de comunicación», tus respuestas muestran mayor acuerdo con las afirmaciones de este ámbito. Trata de preferencias por interacción oral, escrita y compartida. Este patrón destaca en tus respuestas; no es una comparación con otras personas. Algunas respuestas difieren notablemente de esta dirección.

3

Las respuestas individuales importan

Elegir formatos de comunicación: Las respuestas puntuadas van de 2 a 5/5 (preguntas 13 & 19).

Tu primer pequeño paso

Compara un mensaje y una conversación breve sobre un tema habitual.

02 / TU INFORME

Tu perfil de un vistazo

Cada punto muestra el promedio de un área de 1 a 5. Solo se comparan tus propias respuestas.



Cómo leer el gráfico

1 = acuerdo bajo, 3 = intermedio, 5 = alto en la dirección puntuada. Más alto no es siempre mejor. El centro no es el promedio de otras personas; pequeñas diferencias pueden no ser significativas.

No se muestra valor si se responde menos del 80 % del área. Es una regla para datos incompletos, no un umbral de rendimiento o salud.

03 / TU INFORME

Relacionar tus respuestas

Observaciones de tus respuestas, no características fijas.

Describe acuerdos explícitos, canales de comunicación, planes comunes y preferencias. No identifica un neurotipo ni autismo.

Tu resultado en palabras

Acuerdos claros: En «Acuerdos claros», tus respuestas muestran mayor acuerdo con las afirmaciones de este ámbito. Describe tu preferencia por acuerdos explícitos. Este patrón destaca en tus respuestas; no es una comparación con otras personas.

Elegir formatos de comunicación: En «Elegir formatos de comunicación», tus respuestas muestran mayor acuerdo con las afirmaciones de este ámbito. Trata de preferencias por interacción oral, escrita y compartida. Este patrón destaca en tus respuestas; no es una comparación con otras personas.

Elegir formatos de comunicación: una mirada más cercana

El promedio reúne respuestas diferentes. Estas dos preguntas muestran por qué un número no refleja por sí solo toda tu perspectiva:

Pregunta 13: También tengo en cuenta las preferencias de comunicación de los demás. | Casi no me describe

Pregunta 19: Uso un dibujo o una lista cuando ayuda a mi explicación. | Me describe

Piensa en una situación cotidiana posible

Compara un mensaje y una conversación breve sobre un tema habitual.

04 / TU INFORME

Acuerdos claros

Sigue tus respuestas y relaciónalas con situaciones cotidianas.

Describe tu preferencia por acuerdos explícitos.

Tu valor de respuesta **4.0 / 5**



Qué significa en la práctica

En «Acuerdos claros», tus respuestas muestran mayor acuerdo con las afirmaciones de este ámbito. Describe tu preferencia por acuerdos explícitos. Este patrón destaca en tus respuestas; no es una comparación con otras personas.

Dirección de la escala: menor acuerdo con estas afirmaciones / mayor acuerdo con estas afirmaciones.

Dos respuestas concretas

Pregunta 11: Aclaro cuándo se considera terminada una tarea.

Tu respuesta: Me describe en parte

Pregunta 15: Pregunto cuando una frase podría tener varios significados.

Tu respuesta: Me describe

Una propuesta para seguir reflexionando

Aclara un aspecto práctico pendiente en una tarea compartida.

¿Cuándo me describe y cuándo no?

05 / TU INFORME

Elegir formatos de comunicación

Sigue tus respuestas y relaciónalas con situaciones cotidianas.

Trata de preferencias por interacción oral, escrita y compartida.

Tu valor de respuesta **3.7 / 5**



1 6 / 6 respondidas 5

Qué significa en la práctica

En «Elegir formatos de comunicación», tus respuestas muestran mayor acuerdo con las afirmaciones de este ámbito. Trata de preferencias por interacción oral, escrita y compartida. Este patrón destaca en tus respuestas; no es una comparación con otras personas.

Tus respuestas individuales difieren mucho. La interpretación describe solo su dirección media, no cada afirmación. Estas respuestas muestran ambos lados.

Dirección de la escala: menor acuerdo con estas afirmaciones / mayor acuerdo con estas afirmaciones.

Dos respuestas concretas

Pregunta 13: También tengo en cuenta las preferencias de comunicación de los demás.

Tu respuesta: Casi no me describe

Pregunta 19: Uso un dibujo o una lista cuando ayuda a mi explicación.

Tu respuesta: Me describe

Una propuesta para seguir reflexionando

Compara un mensaje y una conversación breve sobre un tema habitual.

¿Cuándo me describe y cuándo no?

06 / TU INFORME

Planificar juntos

Sigue tus respuestas y relaciónalas con situaciones cotidianas.

Describe hábitos personales sobre planes compartidos.

Tu valor de respuesta **4.3 / 5**

1 — 6 / 6 respondidas — 5

Qué significa en la práctica

En «Planificar juntos», tus respuestas muestran mayor acuerdo con las afirmaciones de este ámbito. Describe hábitos personales sobre planes compartidos. Este patrón destaca en tus respuestas; no es una comparación con otras personas.

Dirección de la escala: menor acuerdo con estas afirmaciones / mayor acuerdo con estas afirmaciones.

Dos respuestas concretas

Pregunta 20: Pregunto antes de decidir por los demás.

Tu respuesta: Me describe en parte

Pregunta 16: Acuerdo cómo se comunicarán los cambios.

Tu respuesta: Me describe

Una propuesta para seguir reflexionando

Para un plan, acordad una parte fija y otra deliberadamente abierta.

¿Cuándo me describe y cuándo no?

07 / TU INFORME

Compartir preferencias

Sigue tus respuestas y relaciónalas con situaciones cotidianas.

Trata de comunicar preferencias cotidianas, no de identificar un neurotipo.

Tu valor de respuesta **3.2 / 5**

1 — 6 / 6 respondidas — 5

Qué significa en la práctica

En «Compartir preferencias», el promedio no muestra una dirección clara. Trata de comunicar preferencias cotidianas, no de identificar un neurotipo. Revisa las respuestas individuales: respuestas intermedias y respuestas opuestas pueden dar el mismo promedio.

Tus respuestas individuales difieren mucho. La interpretación describe solo su dirección media, no cada afirmación. Estas respuestas muestran ambos lados.

Dirección de la escala: menor acuerdo con estas afirmaciones / mayor acuerdo con estas afirmaciones.

Dos respuestas concretas

Pregunta 4: Puedo decir qué entorno prefiero para trabajar con otros.

Tu respuesta: Casi no me describe

Pregunta 22: Puedo probar un compromiso como acuerdo provisional.

Tu respuesta: Me describe

Una propuesta para seguir reflexionando

Expresa una preferencia práctica como deseo claro para vuestra próxima actividad.

¿Cuándo me describe y cuándo no?

08 / TU INFORME

Tus valores explicados con claridad

Acuerdos claros

Las posiciones de respuesta van de 1 a 5. La suma se divide por las afirmaciones respondidas del área.

Calculado a partir de tus respuestas reales

4 + 5 + 3 + 4 + 5 + 3 = 24. 24 / 6 = 4.0 / 5.

Distribución de tus respuestas



Las columnas cuentan las posiciones elegidas de 1 a 5 antes de invertir. Respuestas muy distintas pueden dar el mismo promedio.

En los textos, promedios inferiores a 2,5 indican menor acuerdo; superiores a 3,5, mayor; entre ambos, intermedio. Son bandas editoriales, no umbrales validados científicamente. Distintas respuestas pueden dar promedios idénticos.

Un perfil sin clasificación

No asignamos rango poblacional ni tipo fijo. Las escalas describen respuestas a afirmaciones concretas. Elige tus prioridades; un valor alto o bajo no exige cambiar.

09 / TU INFORME

Tu próximo paso personal

Una idea cotidiana opcional, sin objetivo de rendimiento.

1

Hoy: anota una situación

Punto de partida: Elegir formatos de comunicación. Elige una respuesta del área y anota cuándo encajó por última vez. Un contraejemplo también ayuda.

2

Esta semana: explora una perspectiva

Compara un mensaje y una conversación breve sobre un tema habitual.

3

Después: decide por ti

¿Qué te encaja y qué no? Anota una observación y decide si conservar algo. No necesitas una puntuación mayor ni otra compra.

Mi situación y lo que me importa:

Mi idea opcional y un momento adecuado:

Lo que me gustaría sacar de esto:

10 / TU INFORME

Método y limitaciones

En qué se basa el informe

Reflexión cotidiana original. Los valores resumen únicamente tus respuestas. No hay umbrales clínicos, baremos poblacionales, evaluaciones de enfermedad ni tipos fijos de personalidad. Una mayor conformidad no es automáticamente mejor.

Tus respuestas se resumen con las reglas fijas explicadas aquí. Los ejemplos remiten a los números mostrados. No hay detección ni evaluación automatizada de enfermedades.

Tener presentes las limitaciones

El cribado y la autorreflexión no sustituyen una evaluación médica o psicológica. Las preguntas de reflexión propias no están validadas clínicamente. Cada página explica su método y sus limitaciones.

Un perfil no cubre todos los aspectos de una persona. Es una instantánea de respuestas. Las decisiones importantes de pareja, trabajo o vida no deberían depender solo de él.

Si deseas apoyo

Si los síntomas te afectan, busca apoyo de un profesional sanitario cualificado. En caso de peligro inmediato, contacta con los servicios de emergencia de tu zona o acude a urgencias. La información de ayuda está disponible sin correo ni pago.

Abrir información general de apoyo

Versión del cuestionario: 2026-10-29.26 | Formato del informe: 2026-10-29.28

ANEXO / TU INFORME

Todas tus respuestas

Cada respuesta puntuada es verificable. Se identifican expresamente las omitidas.

1	**Me gusta que las expectativas se hablen expresamente.**	Acuerdos claros | Me describe bastante
2	**Elijo un formato de comunicación adecuado al tema.**	Elegir formatos de comunicación | Me describe en parte
3	**Hablo de los pasos principales de los planes compartidos.**	Planificar juntos | Me describe
4	**Puedo decir qué entorno prefiero para trabajar con otros.**	Compartir preferencias | Casi no me describe
5	**Pido un ejemplo concreto de una petición.**	Acuerdos claros | Me describe
6	**Me gusta tener información escrita que pueda volver a consultar.**	Elegir formatos de comunicación | Me describe
7	**Pregunto qué partes de un plan importan más a los demás.**	Planificar juntos | Me describe bastante
8	**Prefiero hablar de algunos temas directamente y no por mensajes.**	Elegir formatos de comunicación | Me describe bastante
9	**Reparto las tareas según las circunstancias disponibles.**	Planificar juntos | Me describe
10	**Digo cuándo quiero una breve pausa en una actividad compartida.**	Compartir preferencias | Me describe en parte
11	**Aclaro cuándo se considera terminada una tarea.**	Acuerdos claros | Me describe en parte
12	**Distingo un compromiso firme de una sugerencia.**	Acuerdos claros | Me describe bastante
13	**También tengo en cuenta las preferencias de comunicación de los demás.**	Elegir formatos de comunicación | Casi no me describe
14	**Pregunto por alternativas cuando un proceso no me conviene.**	Compartir preferencias | Me describe bastante

Todas tus respuestas / CONTINUACIÓN

15	**Pregunto cuando una frase podría tener varios significados.**	Acuerdos claros | Me describe
16	**Acuerdo cómo se comunicarán los cambios.**	Planificar juntos | Me describe
17	**Respeto las distintas preferencias de espacio personal en las reuniones.**	Compartir preferencias | Me describe en parte
18	**Digo cuánto detalle necesito en una explicación en ese momento.**	Compartir preferencias | Casi no me describe
19	**Uso un dibujo o una lista cuando ayuda a mi explicación.**	Elegir formatos de comunicación | Me describe
20	**Pregunto antes de decidir por los demás.**	Planificar juntos | Me describe en parte
21	**Compruebo si todos los implicados tienen la misma información.**	Planificar juntos | Me describe bastante
22	**Puedo probar un compromiso como acuerdo provisional.**	Compartir preferencias | Me describe
23	**Dejo espacio para responder más tarde a los mensajes.**	Elegir formatos de comunicación | Me describe en parte
24	**Pregunto si mi explicación ha sido clara para los demás.**	Acuerdos claros | Me describe en parte