

Características

Es la sensibilidad al significado y orden de las palabras. La usan los expertos en lenguaje como los escritores y oradores. Se puede activar realizando actividades como: escuchar conversaciones, contar historias, leer, escuchar audio cintas, participar en debates y escribir poemas o historias.



LINGÜÍSTICA

Destaca en...

Lectura, escritura, narración de historias, memorización de fechas, piensa en palabras.

Le gusta...

Leer, escribir, contar cuentos, hablar, memorizar, hacer puzzles.

Recomendaciones

Practicar: Explicar a los demás lo que tú sabes, convencerlos que tus ideas son buenas, contar cuentos, chistes, hacer bromas, narrar historias, describir imágenes con tus propias palabras, hacer dictado de discursos, conferencias, presentaciones, escribir; ensayos, poemas, glosarios, elaborar mapas mentales, cuadros sinópticos, participar en debates, juegos de palabras e investigar el significado de las mismas.

Características

Es la habilidad para las matemáticas y otros sistemas lógicos complejos. Los técnicos en computación, los ingenieros y los científicos la manifiestan.

Se puede estimular resolviendo juegos por computadora, crucigramas, descifrar códigos, adivinar acertijos, resolver problemas, desarmar artefactos y cálculo mental.

Destaca en...

Matemáticas, razonamiento, lógica, resolución de problemas, pautas.

Le gusta...

Resolver problemas, cuestionar, trabajar con números, experimentar.

Recomendaciones

Soluciona problemas lógicos, leer y comprender símbolos matemáticos, trabaja con números de forma mental, soluciona acertijos matemáticos, realiza cálculos matemáticos complejos, organiza información estadística en tablas, realiza gráficas, arma rompecabezas de ingenio y lógica matemática, juega videojuegos, memoriza los números telefónicos de tu agenda, explica datos estadísticos, genera códigos matemáticos con secuencia lógica para tus contraseñas.



LÓGICO-MATEMÁTICA

Características

Es la aptitud para entender y crear música. La manifiestan las personas que les gusta cantar, tararear, llevar el compás y acompañar a la música.

Músicos, compositores y bailarines muestran este tipo de inteligencia.

Se puede estimular llevando el compás, componiendo una canción, escuchando diferentes tipos de música y ritmos, tocando un instrumento musical, aprendiendo canciones.



MUSICAL

Destaca en...

Cantar, reconocer sonidos, recordar melodías, ritmos.

Le gusta...

Cantar, tararear, tocar un instrumento, escuchar música.

Recomendaciones

Relaciona palabras con sonidos musicales, canta (práctica karaoke), has rimas con las palabras (rapear), relaciona palabras con imágenes e imagina sonidos los sonidos que pudiera tener, has composiciones musicales, escucha música variada, inventa sonidos, aprende a tocar un instrumento y asiste a conciertos.

Características

Es la capacidad para percibir los estímulos visuales con precisión y recrearlo o alentarlos en la mente.

La manifiestan las personas que les gusta imaginar paisajes, manipular objetos en el espacio, modelar, diseñar. Arquitectos, diseñadores, pintores, escultores y controladores aéreos la manifiestan.

Se estimula haciendo modelados, escultura en barro, pintando un cuadro, haciendo mapas mentales, maquetas y collages.

Destaca en...

Lectura de mapas, gráficos, dibujando, laberintos, puzzles, imaginando cosas, visualizando.

Le gusta...

Diseñar, dibujar, construir, crear, soñar despierto, mirar dibujos.

Recomendaciones

Imagina cosas y dales forma, dibuja en tercera dimensión, planea y distribuye espacios, recuerda fotografías, aprende a orientarte de acuerdo a una brújula y mapa, calcula distancias en un espacio, observa, cierra los ojos y ubica todo lo que viste en relación a objetos, formas y colores, practica con juegos tridimensionales, viaja, arma modelos a escala.



VISUAL-ESPACIAL

Características

Es la capacidad de utilizar el propio cuerpo con habilidad para expresarse con un fin particular.

Bailarines, atletas y actores son hábiles en este tipo de inteligencia ya que les gusta moverse y expresarse a través de su cuerpo.

Se puede estimular bailando, generando coreografías, haciendo deportes como la gimnasia rítmica, olímpica o atletismo, danza, ballet, aeróbicos y ejercicios de gimnasia para el cerebro.



KINESTÉSICA-CORPORAL

Destaca en...

Atletismo, danza, arte dramático, trabajos manuales, utilización de herramientas.

Le gusta...

Moverse, tocar y hablar, lenguaje corporal.

Recomendaciones

Ejercita tu cuerpo, baila, practica actuación, opera, imita gestos corporales, gestos, manipula o repara un equipo o aparato, arma y desarma objetos, desarrolla destrezas físicas, practica un deporte, observa una habitación, cierra los ojos y camina, emplea herramientas en trabajos manuales.

Características

Es el talento de percibir y entender a los demás, sus estados de ánimo, deseos y motivaciones.

Esta inteligencia la manifiestan los docentes, terapeutas, facilitadores y orientadores ya que les gusta comunicarse, escuchar, persuadir y realizar acuerdos.

Se puede estimular a través de juegos grupales, trabajos en equipo, comunicar ideas y practicar el aprendizaje cooperativo.

Destaca en...

Entendiendo a la gente, liderando, organizando, comunicando, resolviendo conflictos, vendiendo.

Le gusta...

Tener amigos, hablar con la gente, juntarse con gente.

Recomendaciones

Ser asertivo y empático, identificar las necesidades de los demás, conocer nuevas personas, reconocer y respetar los derechos, emociones, opiniones, creencias y sentimientos de otros, aprender a negociar, a conversar y a escuchar, trabajar en equipo, ayudar a los demás, comparte, ser mediador en discusiones y conflictos, participa en debates y foros.



INTERPERSONAL

Características

Es la capacidad de utilizar las emociones, los valores y la filosofía personal. Consejeros, líderes espirituales, filósofos y aquellos que escriben introspectivamente la manifiestan ya que les gusta reflexionar profundamente y fijarse objetivos de desarrollo interno.

Se puede estimular escribiendo un diario, practicando ejercicios de relajación. Aprendiendo a guardar silencio para escuchar al interior.

Destaca en...

Entendiéndose a sí mismo, reconociendo sus puntos fuertes y sus debilidades, estableciendo objetivos.

Le gusta...

Trabajar solo, reflexionar, seguir sus intereses.

Recomendaciones

Párate frente a un espejo y observa tu cuerpo y sus reacciones, tratando de conocerte de maneras completa, autovaleorarte, tocando tu cuerpo, observa en un cuadro tus virtudes y defectos, tus sentimientos, practica meditación y yoga.



INTRAPERSONAL

Características

Es la habilidad para reconocer a la flora y a la fauna, distinguir al mundo natural y utilizar esta habilidad productivamente.

Percibe conexiones y patrones de coexistencia que los demás no perciben. Ecólogos, biólogos, guardabosques y campesinos la manifiestan.

Se puede estimular a través del contacto con la naturaleza y el cuidado de mascotas.

Destaca en...

Entendiendo la naturaleza, haciendo distinciones, identificando la flora y la fauna.

Le gusta...

Participar en la naturaleza, hacer distinciones.

Recomendaciones

Practica campismo, camina dentro de diferentes escenarios de vegetación o ecosistemas, reforesta, adopta y cuida animales, admira y distingue los detalles de la naturaleza y practica buceo.



NATURALISTA