



Universidad
de los **Ventas**®

San José, Costa Rica. Tel. (506) 2292-8886. Website: www.uventas.com. Email: info@uventas.com
LA PRIMERA ORGANIZACIÓN DE CAPACITACIÓN TOTALMENTE ORIENTADA A LA FUERZA DE VENTAS

Test negativo

¿Es usted el espíritu de la negación?

Así como hay quien no sabe decir que no, hay otras personas que, por el contrario, proyectan un negativismo absoluto. Toda su vida es una eterna negación. Este tipo de gente no necesita enemigos, pues ellos son sus peores enemigos. ¿Es usted una de ellas?

- ¿Renuncia a una relación por considerarla por encima de su nivel social, económico o, simplemente, porque pensó que era demasiado para usted?
- ¿No aceptó un trabajo mejor que el que tiene, porque tuvo miedo de asumir más responsabilidad?
- ¿Rehusó a hacer algo que realmente quería por temor a que lo calificaran de tonto o tonta?
- ¿Considera que no pierde peso porque le falta voluntad para seguir una dieta?
- ¿Nunca planea sus vacaciones porque piensa que surgirá alguna crisis en su trabajo si se ausenta?

Si respondió afirmativamente a una o más preguntas, este sencillo test le dirá hasta dónde llega su negativismo y qué puede hacer para cambiar de actitud.

1. ¿Es difícil para usted levantarse por las mañanas?
Sí [] No []
2. ¿Se pasa tiempo recordando cosas que no salieron como usted quería?
Sí [] No []
3. ¿Espera siempre lo peor diciéndose que así las decepciones no le dolerán tanto?
Sí [] No []
4. ¿Si le preguntan qué espera de la vida, es su respuesta siempre “No sé”?
Sí [] No []
5. ¿Su justificación para cometer nuevos o los mismos errores es haberlos cometido en el pasado?
Sí [] No []
6. ¿Cuándo se plantea una meta importante algo le dice por dentro que no podrá alcanzarlo?
Sí [] No []
7. ¿Es un experto(a) en encontrar los errores hasta en las cosas más pequeñas?
Sí [] No []
8. ¿Se critica siempre su propia forma de vestir, de hablar y hasta de caminar?
Sí [] No []
9. ¿Tiene una lista de las cosas que no ha logrado, para autocastigarse?
Sí [] No []
10. ¿Se siente mal con las felicitaciones de los demás?
Sí [] No []
11. ¿Si sus amigos le piropean, piensa usted siempre: “No es para tanto”?
Sí [] No []
12. ¿Si se mira al espejo se fija en cuanta manchita y arruga aparecen?
Sí [] No []

CREE USTED QUE ALGÚN DÍA...

13. ¿Tendrá la casa de sus sueños?

Sí No

14. ¿Encontrará a la compañera o al compañero ideal?

Sí No

15. ¿Ganará el sueldo que desea?

Sí No

16. ¿Tendrá el cuerpo que siempre soñó?

Sí No

17. ¿Trabjará en lo que realmente le gusta?

Sí No

SE ENOJA SIEMPRE CON USTED MISMO(A) ...

18. ¿Por ser una manirrota o un tacaño o tacaña de primer orden?

Sí No

19. ¿Por comer más de lo que debería?

Sí No

20. ¿Por tomar más de lo que debería?

Sí No

21. ¿Por perder el tiempo en tonterías?

Sí No

¿ SE SIENTE A MENUDO...

22. ¿Furioso(a)?

Sí No

23. ¿Ansioso(a)?

Sí No

24. ¿Confundido(a)?

Sí No

25. ¿Deprimido(a)?
Sí [] No []

26. ¿Indeciso(a)?
Sí [] No []

27. ¿Impaciente?
Sí [] No []

28. ¿Inseguro(a)?
Sí [] No []

29. ¿Solitario(a)?
Sí [] No []

30. ¿Arrepentido(a)?
Sí [] No []

31. ¿Desdichado(a)?
Sí [] No []

32. ¿Carente de amor?
Sí [] No []

33. ¿Preocupado(a)?
Sí [] No []

34. ¿Calmado(a)?
Sí [] No []

35. ¿Capaz?
Sí [] No []

36. ¿Seguro(a) de sí?
Sí [] No []

37. ¿Competente?
Sí [] No []

38. ¿Confiado(a)?
Sí [] No []

39. ¿Entusiasmado(a)?
Sí [] No []

40. ¿Feliz?

Sí No

41. ¿Regocijado(a)?

Sí No

42. ¿Agradable?

Sí No

43. ¿Optimista?

Sí No

44. ¿Poderoso(a)?

Sí No

45. ¿Satisfecho(a)?

Sí No

46. ¿Satisfecho(a) consigo mismo(a),
aunque trabaje mucho?

Sí No

PUNTUACIÓN :

Concédase 2 puntos por cada SI respondido a preguntas del 1 al 12; 2 puntos por cada NO a preguntas del 13 al 17; y 2 puntos por cada SI a preguntas del 18 al 46.

8 puntos o menos : ¡Felicitaciones!

Usted es de los afortunados que por el alto concepto que tienen de sí mismos llevan una vida plena, emocionalmente equilibrada ¡y muy feliz!

De 9 a 16 : Aunque su actitud es algo negativa, no lo es tanto que deba preocuparse por ello.... Todo lo que necesita es aceptarse mejor y dejar que los demás le expresen su admiración y afecto.

De 17 a 32 : Es probable que su negativismo sea algo así como una herencia familiar... Sin embargo, sólo tendrá que enfrentarlo ¡y no tardará en desaparecer!

De 33 a 52 : De no cuidarse, puede llegar a convertirse en una persona negativa empedernida... Usted puede evitarlo pensando más positivamente y rodeándose de personas que lo(a) aprecien ¡y se lo demuestren!.

De 53 a 72 : Sus respuestas nos demuestran que se encuentra en una zona sumamente peligrosa.... Su actitud no cambiará aunque adelgace, trabaje en lo que le gusta, gane el dinero a manos llenas, o logre conquistar a la persona del sexo opuesto de sus sueños.... Sin embargo, aún hay esperanzas.... Todo lo que tiene que hacer es aceptar que efectivamente su actitud es negativa ¡y tomar las medidas necesarias para cambiarla!

De 73 a 92 : Usted es una persona negativa graduada.... Para curarse deberá hacer campaña diaria ¡pero diaria! contra su adicción por el negativismo.....¡Manos a la obra!

Cómo pensar positivamente

Usted puede diseñar sus propios recursos para combatir el negativismo.

Practíquelos y grávelos en su mente.

Por ejemplo, cuando la vocecilla interior insista en repetirle pensamientos negativos, dígame constantemente: “No lograrás que sea negativo. Soy una persona muy positivo.”



San José, Costa Rica. Tel. (506) 292-8886. Website: www.uventas.com. Email: info@uventas.com

Baje muchos materiales sobre técnicas de ventas, del website de La Universidad de las Ventas:

www.uventas.com

Dinámica en clase. Curso de 24 horas efectivas: “Ventas de Alto Impacto”, impartido por La Universidad de las Ventas. San José, Costa Rica.
Tel. (506) 292-8886. Website: www.uventas.com. Email: info@uventas.com.

Instructor: Olman Martínez.
omartinez@uventas.com