

Test pozwalający ustalić preferowany styl uczenia się
(źródło: R. Linksman, *W jaki sposób szybko się uczyć*)

1. Spotykasz nieznaną ci osobę, na co zwracasz uwagę w pierwszej kolejności?

- a) jak wygląda i jak jest ubrana,
- b) w jaki sposób i co mówi, jaki ma głos
- c) co w stosunku do niej czujesz,
- d) w jaki sposób się zachowuje i co robi.

2. Co najczęściej zostaje ci w pamięci, po kilku dniach od spotkania nieznaney ci wcześniej osoby?

- a) jej twarz,
- b) jej imię / nazwisko,
- c) to, co czułeś, będąc w jej towarzystwie, nawet jeśli zapomniałeś jej imię / nazwisko lub twarz

3. Gdy wchodzisz do nieznanego ci pomieszczenia, na co zwracasz przede wszystkim uwagę?

- a) na jego wygląd,
- b) na dźwięki i rozmowy, jakie się w nim toczą,
- c) na to, jak dobrze emocjonalnie i fizycznie się w nim czujesz,
- d) na to, co się w nim dzieje i co ty mógłbyś w nim zrobić.

4. Gdy uczysz się czegoś nowego, w jaki sposób robisz to najchętniej?

- a) gdy nauczyciel daje ci coś do czytania na papierze lub tablicy, pokazuje ci książki, ilustracje, wykresy, mapy, szkice lub przedmioty, nie każąc ci przy tym niczego mówić, pisać, ani o niczym dyskutować
- b) gdy nauczyciel wyjaśnia wszystko, mówiąc lub wygłaszając wykład, pozwala ci przedyskutować temat i zadawać pytania, nie każąc ci przy tym na nic patrzeć, niczego czytać, pisać ani robić,
- c) gdy nauczyciel pozwala ci zapisywać informacje lub sporządzać rysunki, dotykać przedmiotów, pisać na klawiaturze lub robić coś rękami,
- d) gdy nauczyciel pozwala ci robić projekty, symulacje, eksperymenty, grać w gry, odgrywać role, odtwarzać rzeczywiste sytuacje z życia, dokonywać odkryć lub też angażować się w inne działania związane z ruchem,

5. Gdy uczysz czegoś innych, co zwykle robisz?

- a) dajesz im coś do oglądania, na przykład jakiś przedmiot, ilustrację lub wykres, udzielając przy tym jedynie krótkiego werbalnego wyjaśnienia lub nie udzielając go wcale, dopuszczając lub nie do krótkiej dyskusji,
- b) objaśniasz wszystko werbalnie, nie pokazując żadnych materiałów graficznych,
- c) rysujesz coś, piszesz lub w inny sposób używasz rąk do wyjaśniania,
- d) demonstrujesz coś, robiąc to lub każesz uczniom robić to wspólnie z tobą

6. Jaki rodzaj książek czytasz najchętniej?

- a) książki zawierające informacje faktograficzne, historyczne lub dużo dialogów,
- b) książki, które zawierają opisy pomagające ci zobaczyć to, co się dzieje,

- c) książki o uczuciach i emocjach bohaterów, poradnik książki o emocjach i związkach międzyludzkich lub książki na temat tego, jak poprawić stan twojego ciała i umysłu,
- d) krótkie książki z wartką akcją lub książki, które pomagają ci doskonalić umiejętności w sporcie, hobby czy też rozwijać jakiś talent.

7. Którą z poniższych czynności wykonujesz najchętniej w czasie wolnym?

- a) czytasz książki lub przeglądasz czasopismo,
- b) słuchasz książki nagranej na kasetę, rozmowy na radiu, słuchasz muzyki lub sam muzykujesz,
- c) piszesz, rysujesz, piszesz na maszynie / komputerze lub robisz coś rękami
- d) uprawiasz sport, budujesz coś lub grasz w grę wymagającą ruchu,

8. Które z poniższych stwierdzeń najlepiej charakteryzują sposób, w jaki czytasz lub uczysz się?

- a) potrafisz się uczyć, gdy słyhać muzykę, inne dźwięki lub rozmowę, ponieważ umiesz się od nich odseparować,
- b) nie potrafisz się uczyć, gdy w twoim pobliżu słyhać muzykę, inne dźwięki lub rozmowę, ponieważ nie umiesz się od nich odseparować,
- c) musisz czuć się wygodnie, rozluźniony; potrafisz pracować zarówno przy muzyce jak i w ciszy, jednak dekoncentrują cię negatywne uczucia innych,
- d) Musisz czuć się wygodnie, rozluźniony; potrafisz pracować zarówno przy muzyce, Jak i w ciszy, jednak dekoncentruje cię działalność i ruchy innych osób znajdujących się w tym samym pomieszczeniu.

9. Gdy z kimś rozmawiasz, gdzie kierujesz wzrok? (Aby odpowiedzieć na to pytanie, możesz poprosić kogoś, by cię obserwował w trakcie rozmowy).

- a) patrzysz na twarz rozmówcy, chcesz także, by ta osoba patrzyła na twoją twarz, gdy do niej mówisz
- b) spoglądasz jedynie krótko na rozmówcę, po czym twój wzrok wędruje na prawo i lewo,
- c) spoglądasz jedynie krótko na rozmówcę, by zobaczyć jego wyraz twarzy, po czym spoglądasz w dół lub w bok
- d) rzadko spoglądasz na rozmówcę, patrzysz głównie w dół lub w bok, jeśli jednak pojawi się jakiś ruch lub działanie natychmiast spoglądasz w tamtym kierunku.

10. Które z poniższych stwierdzeń najlepiej do ciebie pasuje?

- a) zwracasz uwagę na kolory, kształty, wzory i desenie w miejscach, w których się znajdujesz: masz dobre oko do barw i kształtów
- b) nie znosisz ciszy, i jeśli tam, gdzie akurat jesteś jest za cicho, nucasz coś, podśpiewujesz lub głośno mówisz: włączasz radio, telewizor, magnetofon, by w twoim otoczeniu były bodźce słuchowe

c) jesteś wrażliwy na uczucia innych ludzi, twoje własne uczucia łatwo ulegają zranieniu: nie potrafisz się skoncentrować, gdy inni cię nie lubią, czujesz potrzebę bycia kochanym i akceptowanym, by pracować

d) trudno ci wysiedzieć w jednym miejscu, potrzebujesz dużo ruchu, a jeśli już musisz siedzieć garbisz się, wierzysz, stukasz w podłogę butami lub często niespokojnie poruszasz nogami

11. Które z poniższych stwierdzeń najlepiej do ciebie pasuje?

a) zwracasz uwagę na nieodpowiednie dopasowanie części garderoby danej osoby, lub na to, że jej włosy są w nieładzie i często chcesz to naprawić

b) niepokoi cię, gdy ktoś nie potrafi się dobrze wysławiać, jesteś wrażliwy na odgłosy kapiącego kranu lub odgłosy wydawane przez urządzenia gospodarstwa domowego

c) płaczesz podczas wzruszających scen w kinie lub czytają c wzruszającą książkę

d) niepokoisz się i czujesz się nie przyjemnie, gdy jesteś zmuszony siedzieć nieruchomo, nie potrafisz przebywać zbyt długo w jednym miejscu

12. Co wywołuje u ciebie największy niepokój?

a) miejsce, w którym panuje bałagan i nieład

b) miejsce, w którym jest za cicho

c) miejsce, w którym nie czujesz się dobrze fizycznie lub emocjonalnie

d) miejsce, w którym nie wolno niczego robić lub jest za mało przestrzeni na ruch

13. Czego najbardziej nie lubisz, podczas gdy ktoś cię uczy?

a) słuchania wykładu, na którym nie wykorzystuje się żadnych pomocy wizualnych

b) czytania po cichu bez żadnych werbalnych wyjaśnień czy dyskusji

c) niemożności rysowania, gryzmołenia czegoś na kartce papieru, dotykania wszystkiego rękami lub sporządzania notatek, nawet jeśli nie będziesz już nigdy z nich korzystał

d) patrzenia i słuchania w bezruchu

14. Wróć pamięcią do jakiegoś szczęśliwego momentu ze swojego życia. Przez chwilę spróbuj przypomnieć sobie jak najwięcej szczegółów związanych z wydarzeniem. Jakie wspomnienia utkwily ci w pamięci?

a) to, co widziałeś, np. wygląd ludzi, miejsc, czy przedmiotów

b) to, co słyszałeś, np. dialogi i rozmowy, to, co powiedziałeś, oraz dźwięki wokół ciebie

c) wrażenia dotykowe na skórze i ciele, a także to, jak czułeś się fizycznie i emocjonalnie,

d) to, co robiłeś, ruchy twojego ciała, twoje dokonania.

15. Wyobraź sobie, że musisz przez cały czas przebywać w jednym z niżej opisanych miejsc, w których możesz wykonywać różnego rodzaju czynności. W którym z nich czułbyś się najlepiej?

a) miejsce, w którym możesz czytać, oglądać obrazy, dzieła sztuki, mapy, wykresy, fotografie, rozwiązywać zagadki wizualne tj. odnajdywanie drogi w labiryncie, wyszukiwanie brakującego elementu obrazu, grać w gry słowne takie jak scrabble, zajmować się dekorowaniem wnętrza lub przymierzać ubrania,

b) miejsce, w którym możesz słuchać nagranych na kasety opowiadań, muzyki, radiowych lub telewizyjnych talk show i wiadomości; grać na instrumencie lub śpiewać; rozprawić o czymś, bawić się głośno w gry słowne, udawać dyskdzokeja; czytać na głos, wygłaszać przemówienia, fragmenty ról ze sztuk teatralnych i filmów, czytać na głos poezje lub opowiadania

c) miejsce, w którym możesz malować, rysować, rzeźbić lub zajmować się rzemiosłem: tworzyć coś na piśmie lub pisać coś na komputerze: wykonywać czynności przy użyciu rąk, takie jak gra na instrumencie, gra w gry planszowe, takie jak szachy czy warcaby, lub budowanie modeli,

d) miejsce, w którym możesz uprawiać sport, grać w piłkę lub w gry ruchowe, które angażują twoje ciało: odgrywać rolę w sztuce teatralnej lub przedstawieniu; robić projekty, podczas których możesz wstać i poruszać się robić eksperymenty, badać i odkrywać nowe rzeczy, budować coś lub składać ze sobą mechanicznie elementy; brać udział w zbiorowym współzawodnictwie,

16. Gdybyś miał zapamiętać nowe słowo, zrobiłbyś to najlepiej;

a) widząc je,

b) słysząc je

c) zapisując je

d) odtwarzając to słowo w umyśle lub fizycznie

Oblicz wyniki tekstu w następujący sposób (jeśli na jakieś pytanie dałeś więcej niż jedną odpowiedź, w podsumowaniu uwzględnij wszystkie odpowiedzi);
Podsumuj i zapisz wszystkie odpowiedzi a:
Podsumuj i zapisz wszystkie odpowiedzi b:
Podsumuj i zapisz wszystkie odpowiedzi c:
Podsumuj i zapisz wszystkie odpowiedzi d:

Jeśli udzieliłeś najwięcej odpowiedzi **a**, jesteś **wzrokowcem**.

Jeśli udzieliłeś najwięcej odpowiedzi **b**, jesteś **słuchowcem**.

Jeśli udzieliłeś najwięcej odpowiedzi **c**, jesteś **dotykowcem**.

Jeśli udzieliłeś najwięcej odpowiedzi **d**, jesteś **kinestetykiem**.

Zapamiętaj także, który ze stylów uczenia się zajmuje u ciebie drugie, trzecie i ostatnie miejsce. (Uwaga! Niektórzy ludzie wykształcili u siebie kilka lub nawet wszystkie cztery style uczenia się, bywa też, iż dwa, trzy lub cztery style uczenia się są ze sobą wzajemnie powiązane).