Test określający preferencje sensoryczne WAK

TEST PREFERENCJI ZMYSŁÓW czyli PREFERENCJI SENSORYCZNYCH

Przeczytaj kolejno pytania i zaznacz, które stwierdzenie opisuję Cię najlepiej,

stawiając obok dwa plusy (++); jeżeli uznasz, że zdarza się to rzadziej, ale są przypadki, kiedy reagujesz w opisany sposób, postaw jeden plus (+).

Przy każdym pytaniu wybierz jedną odpowiedź na dwa plusy i ewentualnie jedną

na jeden plus (ale niekoniecznie).

START

**1.**

**Masz wolny czas i trzy opcje jego spędzenia – co wybierzesz:**

a. oglądanie TV lub czytanie gazet, książek;

b. słuchanie muzyki lub radia;

c. spacer, rower, bieganie.

**2.**

**Za chwilę idziesz na ważne spotkanie, co najsilniej przykuwa Twoją uwagę:**

a. jak wyglądasz i czy na pewno dobrze wszystko do siebie pa

suje;

b. zastanawiasz się, co powiesz i powtarzasz to w myślach lub n

a głos;

c. podskakujesz i „boksujesz w powietrzu”, aby rozładować zdenerwowanie.

**3.**

**Kiedy znajdziesz się w sytuacji silnego stresu, twoja pierwsza**

**reakcja to:**

a. siadasz bez ruchu i milkniesz;

b. zaczynasz głośno mówić, opowiadać, co się wydarzyło, a nawe

t krzyczeć;

c. chodzisz tam i z powrotem, przesuwasz jakieś rzeczy, idziesz pobiegać.

**4.**

**Z filmu najłatwiej zapamiętujesz:**

a. plenery, krajobrazy, kreacje aktorów;

. muzykę, dialogi;

c. sceny pełne działania, pościgi, walki.

**5.**

**Co najłatwiej zapamiętujesz:**

a. pamiętasz twarze, ale zapominasz imiona;

b. pamiętasz imiona, słowa, cyfry;

c. najlepiej pamiętasz rzeczy, które wykonałeś.

**6.**

**Czy twój pokój jest:**

a. czysty i posprzątany, zharmonizowany kolorystycznie;

b. pełen muzyki;

c. urządzony tak, byś odczuwał wygodę, nie musi być posprzątany.

**7.**

**Czy w czasie rozmowy:**

a. nie lubisz mówić lub słuchać zbyt długo;

b. słuchasz, ale raczej dużo mówisz;

c. żywo gestykulujesz i chodzisz w czasie mówienia.

**8.**

**Gdy musisz siedzieć i na coś czekać, to:**

a. rozglądasz się dookoła, oglądasz rzeczy, czytasz wszystkie napisy wokół;

b. mówisz do siebie lub rozmawiasz z innymi ludźmi;

c. wiercisz się, obgryzasz paznokcie, przechadzasz tam i z powrotem.

**9.**

**Gdy czytasz, to:**

a. lubisz opisy przyrody, scenerii, wyobrażasz sobie wyraźnie sceny;

b. lubisz dialogi, słyszysz jak bohaterowie mówią;

c. wolisz akcję albo nie czytasz zbyt dużo.

**10.**

**Jaki rodzaj odzieży lubisz nosić:**

a. dobry krój i właściwe kolory;

b. wcale o tym nie myślisz;

c. luźne, wygodne, miłe w dotyku.

**ODPOWIEDZI do TESTU**

Odpowiedzi te są tylko krótkim wprowadzeniem i nie powinny być brane zbyt

poważnie. Wszystkie pytania są tylko uogólnieniem i zawsze mogą być wyjątki.

Odpowiedzi (A) odnoszą się do wzrokowców

Odpowiedzi (B) odnoszą się do słuchowców

Odpowiedzi (C) odnoszą się do kinestetyków i czuciowców

Policz, ile masz odpowiedzi typu A, B i C.

Możesz uzyskać 10 podwójnych plusów (liczbę tych odpowiedzi pomnóż razy

dwa), czyli maksymalnie 20 punktów. Możesz uzyskać 10 pojedynczych plusów, czyli

maksymalnie 10 punktów. Wyniki wpisz do tabelki i zsumuj.

Liczba

odpowiedzi

typu

A

preferencje

wzrokowe

B

preferencje

słuchowe

C

preferencje

kinestetyczne

Wynik zbliżony do 20 wskazuje na Twój preferowany kanał sensoryczny.

Wynik zbliżony do 10 wskazuje na drugi w kolejności kanał sensoryczny.

Im mniej punktów, tym słabsza preferencja w danym zakresie.

1. Mój najsilniejszy zmysł to:

2. Drugi w kolejności to:

3. A ten najrzadziej używany to