

# Test VUC

## Istruzioni

Prima di tutto, stampa questo documento. A sinistra trovi una serie di domande, ognuna con tre possibili risposte. Cerchia la risposta più in linea con il tuo carattere, ossia quello che faresti tu nella data situazione. Alla fine del test, conta quante risposte hai dato per ciascuna colonna: visiva (o visuale), uditiva, e cinestetica. Non pensare troppo alla domanda, ma rispondi d'istinto: più ci pensi, e più rischi di venire condizionato dalle norme sociali o da quello che pensi sia la risposta "giusta".

Questo test include solo le tre principali attitudini linguistiche, e non menziona l'attitudine testuale: questo perché l'attitudine testuale è una sotto-categoria dell'attitudine visiva, e deve essere valutata in altro modo. Fai riferimento alla seconda parte di questo test per differenziare l'attitudine visiva pura da quella testuale.

## Come interpretare i risultati

La maggior parte delle persone hanno una tendenza verso un'attitudine linguistica, ma segnano anche qualche risposta degli altri campi. Questo è normale: il risultato del test è influenzato da diversi fattori, fra cui le tue preferenze individuali, l'ambiente in cui ti trovi, e il tuo umore. Questo non è un test psicologico, e ha come unico obiettivo quello di aiutarti a trovare la tua attitudine linguistica. La tua attitudine linguistica è comunque quella che presenta il maggior numero di risposte.

In alcuni rari casi le persone possono avere più di un'attitudine linguistica, di solito cinestetica combinata con visuale o uditiva. In questo caso, il tuo metodo per apprendere l'inglese dovrà essere un misto fra le due.

	Visivo	Uditivo	Cinestetico
Quando devo montare o usare qualcosa di nuovo, preferisco...	Leggere le istruzioni	Ascoltare o chiedere aiuto a qualcuno	Iniziare subito a usarlo e imparare con la pratica
Quando mi perdo e devo trovare la strada...	Cerco sulla mappa o sul GPS	Mi fermo e chiedo a qualcuno	Seguo il mio istinto, magari con una bussola
Quando cucino un piatto che non conosco...	Seguo una ricetta	Seguo le istruzioni di un amico	Seguo il mio istinto, assaggiando a ogni modifica
Per insegnare qualcosa a qualcuno...	Scrivo delle istruzioni	Spiego a voce	Do una dimostrazione pratica
Di solito dico...	“Ho visto cosa intendi”	“Ho capito cos'hai detto”	“Ho capito quello che provi”
Di solito dico...	“Fammi vedere”	“Spiegamelo/dimmelo”	“Fammi provare”
Di solito dico...	“Guarda come lo faccio”	“Dimmi se ho capito bene...”	“Provaci tu”
Quando devo mandare un prodotto in garanzia...	Scrivo una lettera o email	Faccio una telefonata	Vado nel negozio a parlare con qualcuno
Per rilassarmi preferisco...	Musei o gallerie d'arte	Musica o conversazioni	Attività fisiche o creative
Quando vado a comprare qualcosa...	Guardo e decido	Chiedo informazioni allo staff	Provo prima di comprare
Quando scelgo una meta per le vacanze...	Leggo le brochure	Chiedo a qualcuno che ci è stato	Immagino l'esperienza
Quando scelgo una nuova macchina...	Leggo le recensioni	Ne parlo con gli amici	Provo tutte le auto che mi interessano
Quando imparo qualcosa di nuovo...	Guardo quello che fa chi mi insegna	Chiedo all'insegnante di spiegarmi tutto in dettaglio	Inizio provando, e imparo con la pratica
Quando scelgo dal menù di un ristorante...	Immagino come sarà il cibo	Mi faccio un monologo interiore prima di decidere	Immagino il sapore del cibo
Quando ascolto il mio	Canto insieme al	Ascolto le parole e il	Mi muovo a ritmo di

gruppo preferito...	cantante	ritmo	musica
Quando mi concentro...	Mi focalizzo sulle parole o le visualizzo mentalmente	Discuto il problema e le soluzioni con qualcuno (o mentalmente da solo)	Mi muovo molto, mastico qualcosa, non sto mai fermo
Mi ricordo le cose meglio quando...	Mi scrivo degli appunti o stampo qualcosa	Me le ripeto ad alta voce	Faccio qualcosa a livello pratico
La mia prima memoria è...	Vedere/Guardare qualcosa	Qualcuno che mi parla	Fare qualcosa
Quando sono nervoso...	Visualizzo il caso peggiore	Mi ripeto le cose che mi preoccupano di più	Non riesco a stare a fermo e continuo a muovermi
Sento una connessione con le altre persone in base...	Al loro aspetto	A quello che mi dicono	A come mi fanno sentire
Quando ripasso per un esame...	Scrivo un sacco di appunti con diversi colori	Ripasso tutto a voce, da solo o con qualcuno	Scrivo nell'aria la formula che devo ricordare
Quando spiego qualcosa a qualcuno...	Gli faccio vedere cosa intendo	Spiego in diversi modi finché capisce	Incoraggio a provare per conto suo
I miei interessi principali sono	Fotografia, guardare film, qualcosa che riguarda guardare persone	Ascoltare musica o la radio, parlare con le persone	Sport, attività fisiche, vini pregiati, ballare
Spendo la maggior parte del mio tempo libero...	Guardando la TV o al computer	Parlando con i miei amici	Facendo attività fisiche o creative
Quando devo conoscere qualcuno per la prima volta...	Prendo un appuntamento di persona	Parlo con lui al telefono	Cerco di trovare un'attività da fare insieme
La prima cosa che noto negli altri è...	Il loro aspetto e come si vestono	La loro voce e il modo di parlare	Come si muovono
Se sono molto arrabbiato...	Continuo a visualizzare nella mia mente cosa è successo	Urlo, e faccio capire agli altri come mi sento	Faccio volare i piatti

Per me è più facile ricordare...	Le faccie	I nomi	Le cose che ho fatto
Riesco a scovare una persona che mente perché...	Non mantengono il contatto fisico	Il loro tono di voce cambia	“Sento” che c'è qualcosa che non va nell'altra persona
Quando incontro un vecchio amico dico...	“È bello rivederti!”	“È bello risentirti!”	Lo abbraccio o stringo la mano
TOTALE			