

ÊTES-VOUS VISUEL, AUDITIF OU KINESTHÉSIQUE ?

Source : Tiré du livre, Visuel, auditif ou kinesthésique, Joe-Ann Benoît

1. Quand vous achetez des vêtements :
 - A- Vous assortissez les couleurs, suivez la mode.
 - B- Vous surveillez leur rapport qualité-prix et leur côté pratique.
 - C- Vous vérifiez leur confort et la texture des tissus.

2. Lorsque vous réfléchissez :
 - A- Votre regard se porte vers le haut.
 - B- Votre regard reste devant vous.
 - C- Vous avez tendance à regarder vers le bas.

3. Quand vous marchez votre pas est :
 - A- Rapide et décidé.
 - B- Mesuré et posé.
 - C- Lent et nonchalant.

4. Quand il pleut :
 - A- Vous surveillez l'apparition d'un arc-en-ciel.
 - B- Vous aimez écouter le bruit de l'eau sur le toit.
 - C- Vous humez l'odeur de l'air et des feuilles mouillées.

5. Pour vous, un bon professeur :
 - A- Utilise toujours un complément visuel pour illustrer ce qu'il dit.
 - B- Donne des explications claires et détaillées.
 - C- Fait faire des expériences aux élèves.

6. Dans un grand magasin, vous êtes agacés par :
 - A- Le changement de rayons des produits que vous achetez.
 - B- Un enfant qui pleure ou les promotions annoncées au micro.
 - C- La difficulté de trouver un conseiller.

7. Vous vous sentez bien quand le dessus de votre bureau :
 - A- Est bien ordonné.
 - B- Est un fouillis, car cela paraît plus actif.
 - C- Dégage une impression chaleureuse.

Ce document est la propriété de Séminaires et Conférences Stéphanie Milot inc. Toute reproduction est interdite.

Pour nous joindre : Bureau : (450) 978-2725 Cellulaires : (514) 573-3525 — (514) 730-8318 Fax. : (450) 505-3492
Courriel : info@stephaniemilot.com Web : www.stephaniemilot.com www.clubdusucces.com

8. À propos de votre voiture :

- A- Vous la mener au lave-auto toutes les semaines.
- B- Vous calculez sa consommation d'essence.
- C- Vous achetez des gadgets pour la rendre plus confortable.

9. En voiture, lorsque vous ne conduisez pas :

- A- Vous faites comme si vous étiez le conducteur.
- B- Vous écoutez la radio.
- C- Vous en profitez pour relaxer.

10. Lorsque vous participez à un sport d'équipe :

- A- Vous jouez pour gagner.
- B- Vous jouez pour vous amuser.
- C- Vous jouez pour vous dépenser.

11. Votre agenda :

- A- Est très rempli, les rendez-vous sont bien indiqués, il y a des repères de couleur.
- B- Contient surtout vos activités importantes et est rempli de gribouillis.
- C- Ne sert pas beaucoup.

12. Dans les transports publics :

- A- Vous observez les autres passagers.
- B- Vous écoutez les conversations des gens.
- C- Vous restez plongé dans vos pensées.

13. Lorsqu'on vous propose une tâche :

- A- Vous recherchez d'abord comment vous y prendre.
- B- Vous demandez d'abord pourquoi il faut la faire.
- C- Vous cherchez avec qui l'accomplir.

14. Dans votre bain, douche :

- A- Vous pensez à tout ce que vous avez à faire.
- B- Vous chantez ou écoutez de la musique.
- C- Vous appréciez la douceur de l'eau chaude sur votre peau.

15. Vous mémorisez mieux :

- A- Ce que vous voyez.
- B- Ce que vous entendez.
- C- Ce que vous ressentez.

16. On vous reproche parfois :

- A- D'être individualiste et perfectionniste.
- B- D'être rigide ou trop strict sur les règles.
- C- De ne pas être assez rapide.

17. La forme d'humour que vous affectionnez le plus est :

- A- La dérision, l'impertinence.
- B- Les jeux de mots.
- C- Le comique de situation.

18. Selon vous, vous dégagez l'image d'une personne :

- A- Dynamique.
- B- Fiable.
- C- Sensible.

19. Pour décompresser :

- A- Vous faites des activités physiques ou intellectuelles.
- B- Vous écoutez la télévision.
- C- Vous faites un somme.

20. Les films que vous recherchez doivent :

- A- Être beaux et avoir de l'action.
- B- Être intelligents.
- C- Vous faire vivre des émotions.

21. Quand vous faites du calcul mental :

- A- Vous voyez les chiffres dans votre tête.
- B- Vous entendez le son des tables de multiplication.
- C- Vous comptez dans votre tête.

22. Quand vous regardez la télévision :

- A- Vous bavardez et faites vos commentaires à haute voix.
- B- Vous vous concentrez sur l'émission.
- C- Vous changez de postes constamment ou faites autre chose en même temps.

23. Quel sport parmi les suivants vous attire le plus :

- A- Le vélo
- B- Le volley-ball
- C- Le parachutisme.

24. Vos livres préférés sont :

- A- Les livres de cuisine ou les bandes dessinées.
- B- Les biographies.
- C- Les romans.

25. Quand on vous explique une route à suivre :

- A- Il vous faut un plan.
- B- Vous vous retrouvez très bien avec le nord et le sud.
- C- Vous aimez que l'on vous indique des repères.

Résultats

• Calculez le nombre de A :

• Calculez le nombre de B :

• Calculez le nombre de C :

• **Interprétation :**

• Majorité de A, vous semblez avoir une préférence visuelle.

• Majorité de B, vous semblez avoir une préférence auditive.

• Majorité de C, vous semblez avoir une préférence kinesthésique.

• Il est possible d'avoir développé deux modes prédominants.

• Il est suggéré de développer celui qui l'est le moins, de façon à augmenter sa capacité à rejoindre l'autre.