Test na dominację półkuli mózgowej

**TEST POZWALAJĄCY USTALIĆ DOMINUJĄCĄ PÓŁKULĘ MÓZGOWĄ**

**1. Zamknij oczy. Zobacz czerwony. Co widzisz?**

a) Litery c-z-e-r-w-o-n-y lub nic bo nie potrafisz tego zwizaualizować.
b) Kolor czerwony lub jakiś czerwony przedmiot

**2. Zamknij oczy. Zobacz trzy. Co widzisz?**

a) litery T-r-z-y, cyfrę 3 albo nic, ponieważ nie potrafisz tego zwizualizowaćb) ,
c) trzy zwierzęta,
d) troje ludzi lub trzy przedmioty.

**3. Gdy grasz na jakimś instrumencie lub śpiewasz:**

a) nie potrafisz grać ze słuchu i musisz czytać nuty,
b) potrafisz grać ze słuchu, jeśli jest taka potrzeba.

**4. Gdy składasz coś lub montujesz:**

a) wolisz czytać pisemne instrukcje, a następnie postępować zgodnie z ich wskazaniami,
b) wolisz korzystać z ilustracji i diagramów lub po prostu samemu się wszystkim zająć bez jakichkolwiek wskazówek.

**5. Gdy ktoś do ciebie mówi:**

a) zwracasz więcej uwagi na słowa, nie przywiązując znaczenia do komunikacji pozawerbalnej,
b) zwracasz więcej uwagi na komunikację pozawerbalną, na przykład na wyraz twarzy danej osoby, ruchy jej ciała, tembr głosu.

**6. Lepiej radzisz sobie, mając do czynienia z:**

a) literami, cyframi i słowami,
b) kolorami, kształtami, obrazami i przedmiotami.

**7. Gdy czytasz książkę:**

a) słyszysz w głowie czytane przez siebie słowa,
b) widzisz w głowie akcję książki niczym film.

**8. Którą ręką piszesz?**

a) prawą,
b) lewą.

**9. Gdy rozwiązujesz jakieś zadanie matematyczne, który ze sposobów jest dla ciebie najłatwiejszy?**

a) rozwiązujesz go w formie cyfr i słów,
b) rozrysowujesz go, rozwiązujesz,
c) używając materiałów, które można dotknąć, lub używasz palców.

**10. Wolisz:**

a) mówić o swoich ideach?
b) robić coś z realnymi przedmiotami?

**11. Czy w twoim pokoju lub na twoim biurku panuje:**

a) ład i porządek?
b) bałagan i nieporządek z punktu widzenia innych, ty jednak doskonale wiesz, gdzie co jest.

**12. jeśli nikt nie mówi ci, co masz robić, jak najprawdopodobniej postąpisz?**

a) wykonasz wszystko zgodnie z planem, którego się trzymasz,
b) wykonasz wszystko w ostatniej chwili lub według swojego własnego tempa, i/lub będziesz chciał nadal pracować, nawet gdy czas się już skończył.

**13. Jeśli nikt nie powiedziałby ci, co masz robić:**

a) zazwyczaj byłbyś punktualny,
b) często byś się spóźniał.

**14. Zwykle czytasz książkę lub czasopismo:**

a) od początku do końca,
b) od końca do początku lub skacząc to tu, to tam.

**15. Które z poniższych stwierdzeń najlepiej do ciebie pasuje?**

a) zwykle opowiadasz i lubisz słuchać o zdarzeniach ze wszystkimi szczegółami podanymi we właściwej kolejności,
b) zwykle opowiadasz o głównym szczególe jakiegoś zdarzenia, a kiedy inni opowiadają ci o jakimś zdarzeniu, niecierpliwisz się, jeśli szybko nie przechodzą do sedna sprawy.

**16. Gdy rozwiązujesz łamigłówkę lub pracujesz nad jakimś projektem, czy:**

a) praca przebiega gładko, mimo że nie widziałeś wcześniej efektu końcowego?
b) musisz zobaczyć efekt końcowy, zanim zabierzesz się do pracy?

**17. Którą z metod organizowania notatek wolisz:**

a) wypisywanie w punktach lub sporządzanie listy spraw,
b) wykonywanie rodzaju mapy umysłowej lub sieci z wzajemnie połączonymi okręgami.

**18. Gdy ktoś instruuje cię, jak coś zrobić, gdybyś miał wolny wybór, wolałbyś:**

a) stosować się do instrukcji?
b) wymyślić nowy sposób zrobienia tego czegoś lub spróbować zrobić to po swojemu?

**19. Pracując przy biurku;**

a) siedzisz prosto?
b) garbisz się lub pochylasz nad biurkiem, odchylasz się w fotelu, by poczuć się wygodnie, lub stajesz od czasu do czasu.

**20. Które z poniższych stwierdzeń najlepiej do ciebie pasuje?**

a) zazwyczaj prawidłowo zapisujesz słowa i liczby,
b) czasami mylisz litery i cyfry lub zapisujesz niektóre słowa, litery i cyfry w odwrotnej kolejności lub od tyłu.

**21 Co bardziej do ciebie pasuje?**

a) wymawiasz słowa poprawnie i we właściwym porządku.
b) czasami mieszasz słowa w zdaniu lub wypowiadasz inne słowo, niż zamierzałeś; wiesz jednak, co chcesz powiedzieć.

**22. Zwykle:**

a) rozmawiając z kimś, trzymasz się tematu,
b) zmieniasz temat i zaczynasz mówić o czymś innym, co wydaje ci się z nim związane.

**23. Zazwyczaj:**

a) robisz plany i trzymasz się ich,
b) decydujesz o wszystkim w ostatniej chwili, płyniesz z prądem lub robisz w danym momencie to, na co masz ochotę.

**24. Zazwyczaj interesują cię:**

a) projekty artystyczne, w których masz stosować się do ściśle określonych sposobów postępowania lub szczegółowych instrukcji,
b) projekty artystyczne, które dają ci wolność tworzenia tego, czego chcesz.

**25. Zwykle:**

a) grasz na instrumencie lub śpiewasz, odczytując zapis muzyczny lub korzystając z tego, czego nauczyłeś się od innych,
b) tworzysz swoją własną muzykę, melodie i piosenki.

**26. Lubisz:**

a) sporty, które mają ściśle określone przepisy i reguły,
b) sporty, które umożliwiają ci swobodne zachowanie bez przestrzegania sztywnych reguł.

**27. Zwykle:**

a) pracujesz systematycznie, krok po kroku, aż osiągniesz zamierzony cel,
b) najpierw widzisz cały obraz lub efekt końcowy, a następnie cofasz się i przepracowujesz kolejne etapy prowadzące do jego osiągnięcia.

**28. Które z poniższych stwierdzeń najlepiej do ciebie pasuje?**

a) myślisz o faktach i wydarzeniach, które rzeczywiście miały miejsce,
b) myślisz w sposób imaginatywny i kreatywny o tym, co mogłoby się zdarzyć lub powstać w przyszłości.

**29. Poznajesz rzeczy:**

a) ucząc się od świata, innych ludzi lub czytając,
b) intuicyjnie i nie potrafisz wyjaśnić, w jaki sposób się czegoś dowiedziałeś lub dlaczego coś wiesz.

**30. Zwykle:**

a) trzymasz się faktów,
b) wyobrażasz sobie to, co mogłoby się zdarzyć) .

**31. Zazwyczaj:**

a) masz poczucie czasu,
b) tracisz poczucie czasu.

**32. Radzisz sobie:**

a) słabo z odczytywaniem pozawerbalnych komunikatów,
b) dobrze z odczytywaniem pozawerbalnych komunikatów.

**33. Dajesz sobie lepiej radę z:**

a) instrukcjami werbalnymi lub pisemnymi,
b) instrukcjami w formie obrazów i map.

**34. Lepiej się czujesz: ;**

a) będąc kreatywny w stosunku do istniejących materiałów i zestawiając je w nowy sposób,
b) wymyślając lub tworząc coś nowego i dotąd nie istniejącego.

**35. Zwykle pracujesz nad:**

a) jednym projektem w danym momencie, zachowując określony porządek,
b) wieloma projektami jednocześnie.

**36. W jakim otoczeniu wolałbyś pracować?**

a) zorganizowanym, w którym panuje porządek, ktoś mówi ci, co masz robić, obowiązuje harmonogram pracy, w danym momencie wykonujesz jeden projekt, krok po kroku, systematycznie,
b) niezorganizowanym, gdzie masz wolność wyboru i możesz zająć się tym, czym chcesz, gdzie możesz być do woli kreatywny i pomysłowy, trzymać swoje rzeczy w sposób, jaki ci odpowiada, wykonywać jednocześnie tyle projektów, ile ci się podoba, bez podporządkowywania się harmonogramowi.

**Obliczanie wyników**

Policz l punkt za każdą odpowiedź \"a\" i zapisz sumę: .................
Policz l punkt za każdą odpowiedź \"b\" i zapisz sumę: .................
Policz l punkt za każdą odpowiedź \"a i b\" i zapisz sumę: .................

Jeśli uzyskałeś najwięcej punktów w kategorii \"a\", wykazujesz tendencję do posługiwania się głównie lewą półkulą mózgową.

Jeśli uzyskałeś najwięcej punktów w kategorii \"b\", wykazujesz tendencję do posługiwania się głównie prawą półkulą mózgową.

Jeśli uzyskałeś najwięcej punktów w kategorii \"a i b\", wykazujesz tendencję do posługiwania się w zintegrowany sposób obiema półkulami mózgowymi.

Jeśli uzyskałeś prawie tę samą liczbę punktów w kategorii \"a\" oraz kategorii \"b\" (nie biorąc pod uwagę kategorii \"a i b\"), wówczas masz tendencję do posługiwania się każdą z półkul mózgowych do różnych funkcji (dominacja zmienna).