**Załącznik III.2**

Charakterystyka osób o różnych stylach sensorycznych

**Ja - wzrokowiec**

Lubię wokół siebie porządek. Drażnią mnie, na przykład, rozrzucone buty   
w przedpokoju. Krzywo ustawione książki na półce, na pewno ułożę od największej do najmniejszej. Dobrze pamiętam jak była ubrana na ostatniej imprezie w pracy każda   
z koleżanek. Ale z trudem przypomnę sobie, jak ma na nazwisko polityk, którego często słucham i widzę w programie telewizyjnym.

Kiedy uczę się, wolę czytać i robić własne notatki. Lubię korzystać z ilustracji, schematów, tabel, demonstracji. Czytam książki tradycyjne, czyli papierowe, albo w postaci e-book. Nie lubię słuchać audiobooków.

W szkole, kiedy pisałem dyktanda, przypominałem sobie, jak wygląda dany wyraz.

Kiedy się nudzę, to po prostu patrzę w dal, rysuję, coś oglądam. Często mówię do kogoś „popatrz“, nawet wtedy, gdy nie ma za bardzo na co patrzeć, bo ja do niego po prostu mówię. Używam takich słów i zwrotów: *punkt widzenia, to jest jasne, zauważyć, przegląd, widok, perspektywa, być świadkiem, pole widzenia, ciemna sprawa, mglista sprawa, naświetlać, światełko w tunelu, olśniewające, kolorowe, wyraźne, oko w oko*.

Nie za bardzo lubię mówić, dyskutować. Wolę rysować. Kiedy mam do wyboru wieczór w filharmonii czy w galerii sztuki, wybieram galerię.

**Ja - słuchowiec**

Lubię dużo mówić - opowiadać, opisywać, dyskutować. Mówienie sprawia mi przyjemność. Chętnie słucham nagrań, wykładów. Ale nie będę słuchała zbyt długo, ponieważ zawsze chcę się wtrącić. Uważaj, bo jak zacznę mówić, to mówię i mówię. Lubię siebie słuchać. Nawet w galerii, wolę opisywać obraz, niż na niego patrzeć.

Na spacerze słucham audiobooka. Wolę ten sposób kontaktu z książką, niż tradycyjne czytanie. Zauważyłam, że podczas czytania poruszam ustami.

Kiedy uczę się, to chcę kogoś słuchać. Nawet siebie samej, dlatego możesz usłyszeć jak sama do siebie mówię. W szkole miałam wiele kłopotów z ortografią, bo pisałam jak słyszałam. Dekoncentruje mnie każdy hałas - kosiarka sąsiada, szczekanie psa, czy okrzyki męża, gdy ogląda mecz naszej reprezentacji w piłce nożnej.

Nie tylko z ortografią miałam w szkole kłopoty, ale również na matematyce   
z geometrią i na geografii, gdy trzeba było szybko znaleźć na mapie Frankfurt czy Wyspy Owcze. W książkach mogę nie zauważyć ilustracji, na zdjęciu nie widzę tego, co jest ważne. Słabo rozpoznaję twarze, za to doskonale pamiętam imiona bohaterów seriali, nazwiska aktorów.

Dobry relaks dla mnie to muzyka. Słucham, malując płot, jeżdżąc na rowerze, czy wtedy, gdy po prostu leżę na leżaku. Często nucę, gadam do siebie, a na spacerze chętnie przemawiam do swojego psa. Dobrze pamiętam melodie z filmów, reklam. Kiedy coś napiszę, to muszę to głośno przeczytać. Wtedy dopiero słyszę, czy tekst brzmi dobrze.

Często mówię do kogoś „posłuchaj“. Używam takich słów i zwrotów: *słyszę, głośny, cichy, melodyjny, stwierdzić, zaniemówić, akcentować, brzmieć dobrze lub źle, dobrze wyrażony, nadawać na tej samej fali, zdać szczegóły, to mi zgrzyta, uczta dla uszu, dobry ton, przyjemny dla ucha, to brzmi przekonująco*.

**Ja - kinestetyk**

Lubię ruch. Siedzenie na wykładach, uroczystościach z wieloma przemówieniami nudzi mnie niesamowicie. Żeby nie usnąć, rysuję lub ukradkiem przeglądam Internet na telefonie.

Czas wolny spędzam w ruchu. Jeżdżę na rowerze, chodzę na basen, wędruję po górach. Mój pies ledwo wytrzymuje spacery ze mną. Zdarza się, że muszę przynieść go do domu.

Krzywo ułożone książki na półce, rozrzucone papiery na biurku, skarpetki bez pary - żaden problem. Porządek nie jest moją mocną stroną, zresztą zupełnie nie jest mi potrzebny do dobrego funkcjonowania.

Kiedy rozmawiam, żywiołowo gestykuluję, to moje ręce mówią. Zawsze muszę coś mieć w rękach - pisak, wskazówkę. Stukam tym, przekładam z ręki do ręki, obracam. Uczę się też w ruchu. Chodzę i powtarzam. Jadę rowerem i przypominam sobie włoskie słówka. Kiedy czytam, to często zmieniam miejsce, „wiercę się“. Nie lubię w książkach opisów przyrody, wolę akcję. Wybieram kryminały, książki szpiegowskie. W szkole, gdy pisałem dyktando, musiałem kilka razy napisać dany wyraz, żeby zapamiętać go. Lubiłem i lubię eksperymenty, doświadczenia. Ciągle czegoś nowego próbuję - składam, rozkładam, przekładam.

Często mówię „ruszajmy“, nawet gdy nigdzie się nie wybieram. Używam słów   
i zwrotów: *naładowany, czuję, płynę, to mnie porusza, mam przeczucie, czuję niepokój, to ma dobry smaczek, śliska sprawa, mocna podstawa, w gorącej wodzie kąpany, gorący temat, poszło gładko*.

**Ja - czuciowiec**

Jestem raczej spokojna, wyciszona, empatyczna i wrażliwa. Lubię filozofować, rozmyślać, zastanawiać się.

Mówię spokojnie, cicho, czasami tak wolno, że inni słuchając mnie przysypiają.

Silnie wszystko przeżywam. Płaczę na ślubach. Głośno śmieję się na komediach. Wczuwam się w problemy bohaterów, których losy śledzę na filmie lub w książce. Wybieram dramaty, filmy i książki biograficzne. Interesuje mnie los bezdomnych zwierząt. Jestem wolontariuszką w schronisku, a w moim domu mieszkają adaptowane psy i koty.

Kiedy uczę się, to muszę czuć emocje, zapachy, smaki. Wszystko bardzo przeżywam. Tupię ze złości, podskakuję z radości, krzyczę gdy Kamil Stoch „przeskoczy“ skocznię. Kiedy rozmawiam, to lubię bliski kontakt z drugim człowiekiem. Staję blisko, siadam naprzeciwko, poklepuję po ramieniu.

Często mówię - „czuję, że“. Mam też różne przeczucia. Używam słów i zwrotów: *mam wrażenie, mam poczucie, odczuwam, to ma dobry smaczek*.

Źródło: na podstawie: M.Taraszkiewicz&C.Rose, *Atlas efektywnego uczenia (się) nie tylko dla nauczycieli*, część 1, Transfer Learning Sp. z o.o., Warszawa 2006, s. 15 - 20.