

Questionnaire VAK

Le test VAK, également connu sous le nom de test de préférence sensorielle, est un outil d'évaluation qui permet de déterminer le mode de traitement de l'information préférentiel d'une personne. Ce test se concentre sur trois principaux modes de traitement sensoriel : **visuel, auditif et kinesthésique**. Il peut être utile pour les personnes souhaitant améliorer leur apprentissage.

Consignes :

Pour chacune des questions, donne une note :

- 0 : pas d'accord
- 1 : plutôt d'accord
- 3 : tout à fait d'accord

N°	Questions	0	1	3
1	Pour comprendre un texte, tu préfères le voir plutôt qu'il ne te soit lu.			
2	Lorsque tu écoutes de la musique, tu es capable de repérer, facilement, les différents instruments.			
3	Lors d'une rencontre, tu es, avant tout, attentif aux liens qui se créent.			
4	Quand la personne à qui tu parles ne te regarde pas, tu as l'impression qu'elle ne t'écoute pas.			
5	Tu comprends mieux lorsque tu écoutes un exposé ou un renseignement qu'en lisant sur le sujet.			
6	Quand tu arrives dans un endroit, tu es sensible aux conditions de confort (chaud, froid, confort des sièges...).			
7	En serrant la main d'une personne, tu ressens à quel genre de personne tu as affaire.			
8	Lorsque tu écoutes une langue étrangère, tu es attentif et sensible à l'accent et à la prononciation.			
9	Tu préfères que l'on t'explique le chemin avec un plan et des points de repère (maison jaune, ferme à gauche...).			
10	Tu peux repérer sur un visage l'humeur d'une personne (si elle est triste, en colère ou joyeuse...).			
11	Tu as des difficultés à te concentrer sur un travail lorsque la radio ou la TV fonctionne, ou lorsqu'il y a du bruit autour de toi.			
12	Tu as tendance à être intuitif et à "sentir" si tu as raison ou pas.			
13	Tu peux te concentrer sur un travail malgré le bruit environnant.			
14	C'est en écoutant les personnes parler que tu apprends à les connaître.			

15	Tu as besoin de bouger pour rester concentrer ou pour réfléchir.			
16	Tu es sensible aux odeurs, textures, consistances...			
17	Dans un spot de publicité, tu es plus attiré et sensible aux images et aux éclairages qu'au texte, à la musique et aux mots.			
18	Tu aimes apprendre en discutant et en posant des questions.			
19	Tu te rappelles de l'ambiance des lieux que tu as visités.			
20	Tu peux regarder la télévision tout en faisant d'autres activités (lire, écrire, discuter...).			
21	Tu repères les bruits anormaux dans la voiture, la maison.			
22	Tu aimes et as besoin de faire des activités physiques.			
23	Pour orthographier correctement, tu vois le mot dans ta tête, écrit de différentes façons, et tu fais un choix.			
24	Pour retenir l'orthographe d'un mot, tu l'épelles à voix haute ou dans ta tête.			
25	Tu as une bonne mémoire des lieux et des visages.			
26	Lorsque tu réfléchis, souvent, tu te parles.			
27	Lorsque tu te rappelles d'une discussion passée, tu es capable de te souvenir des mots et de l'intonation avec justesse.			
28	Lorsque tu doutes ou réfléchis, tu te fais des commentaires dans ta tête.			
29	Quand tu repenses à des moments passés, tu vois des images.			
30	Lorsque l'on t'explique un chemin, tu le mémorises en refaisant le chemin avec les mains et le corps.			

Reporte tes points en dessous de chacune des questions. Ensuite, fais le total des points par ligne.

1	4	9	10	13	17	20	23	25	29	Total	V
2	5	8	11	14	18	21	24	26	27	Total	A
3	6	7	12	15	16	19	22	28	30	Total	K