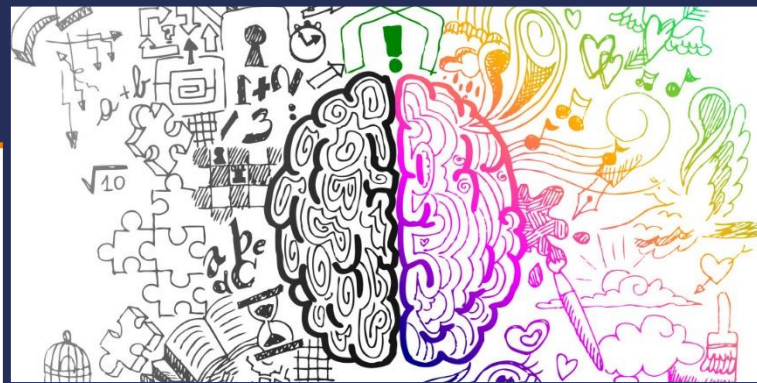


TEST DOMINUJĄCEJ PÓŁKULI MÓZGOWEJ



**Dowiedz się, która półkula mózgu
dominuje u Ciebie i Twojego dziecka.**

Wykorzystaj wyniki testu w nauce i działaniu.

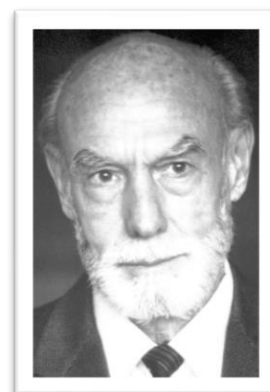
Dr Roger Sperry,

Amerykański neuropsycholog i badacz

W roku 1981 otrzymał Nagrodę Nobla w dziedzinie
medycyny za odkrycie specjalizacji funkcjonalnej półkul
mózgowych

*„W każdej z półkul ludzkiego mózgu
tworzą się wrażenia, odczucia, myśli i idee.
Są one oddzielone od analogicznych
doświadczeń przeciwległej strony mózgowia...*

*Pod wieloma aspektami każda
z połówek wydaje się być
odrębnym i samodzielnym umysłem.”*



Przed Tobą test pozwalający ustalić Twoją dominującą półkulę mózgową, czyli sposób w jaki wolisz przetwarzać informacje.

Co jest w teście *)?

- Przed Tobą 36 zdań, stwierdzeń lub pytań
- Przy każdym z nich masz do wyboru odpowiedź a) lub b).
- Wybierz odpowiedź, która wydaje ci się najbardziej naturalna i oczywista.
- Zaznacz swoją odpowiedź.
- Jeżeli jesteś absolutnie pewien, że obie odpowiedzi w równym stopniu odnoszą się do Ciebie, zaznacz obie.
- Po zakończeniu testu podlicz swoje wyniki i zanotuj je w tabelce.
- Sprawdź co mówi wynik o Tobie !

Powodzenia

*) Test pochodzi z książki Ricki Linksman „W jaki sposób szybko się uczyć” ISBN:83-247-0041-2.

1. Zamknij oczy. Zobacz czerwony. Co widzisz?
 - a). litery c-z-e-r-w-o-n-y lub nic, ponieważ nie potrafisz tego zwizualizować,
 - 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 zwizualizować,
 - b). trzy zwierzęta, 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 z ich wskazaniem,
 - 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, 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 jut skończył.
- 13.** Jeśli nikt nie przypomniałby ci co masz w planach to:
- a). zazwyczaj i tak 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:
- stosować się do instrukcji?
 - wymyślić nowy sposób zrobienia tego czegoś lub spróbować zrobić to po swojemu?
- 19.** Pracując przy biurku:
- siedzisz prosto?
 - garbisz się lub pochylasz nad biurkiem, odchylasz się w fotelu, by poczuć się wygodnie, lub wstajesz od czasu do czasu.
- 20.** Które z poniższych stwierdzeń najlepiej do ciebie pasuje?
- zazwyczaj prawidłowo zapisujesz słowa i liczby,
 - czasami mylisz litery i cyfry lub zapisujesz niektóre słowa, litery i cyfry w odwrotnej kolejności lub od tyłu.
- 21.** Co bardziej do ciebie pasuje?
- wymawiasz słowa poprawnie i we właściwym porządku.
 - czasami mieszasz słowa w zdaniu lub wypowiadasz inne słowo, niż zamierzałeś; wiesz jednak, co chcesz powiedzieć.
- 22.** Zwykle:
- rozmawiając z kimś, trzymasz się tematu,
 - zmieniasz temat i zaczynasz mówić o czymś innym co wydaje ci się z nim związane.
- 23.** Zazwyczaj:
- robisz plany i trzymasz się ich,
 - decydujesz o wszystkim w ostatniej chwili, płyniesz z prądem lub robisz w danym momencie to, na co masz ochotę.
- 24.** Zazwyczaj interesują cię:
- projekty artystyczne, w których masz stosować się do ściśle określonych sposobów
 - postępowania lub szczegółowych instrukcji, 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.

Policz swój wynik.

Policz swój wynik.		
Odpowiedzi a)	Odpowiedzi b)	Odpowiedzi a) i b)

Co oznacza Twój wynik?



Najwięcej punktów a) – masz tendencję do posługiwania się głównie **lewą półkulą mózgową**.

Najwięcej punktów b) – masz tendencję do posługiwania się głównie **prawą półkulą mózgową**

Najwięcej punktów a) i b) – wykazujesz tendencję do posługiwania się w **zintegrowany sposób oboma półkulami**.

Twój wynik pokazuje, jaką masz tendencję w zakresie przetwarzania informacji, ale nie oznacza, że używasz tylko część mózgu. To jest niemożliwe, gdyż zarówno prawa jak i lewa półkula pełnią swoje bardzo ważne funkcje.

Wynik potwierdza zaś jaką masz preferencję – czy bardziej odpowiada Ci myślenie logiczne i analityczne czy wybierasz myślenie wizualne i intuicyjne. Możesz wykorzystać te wyniki w nauce i w działaniu.

U większości osób lewa półkula odpowiada:

- L** ⇒ za mowę i funkcje językowe (wraz z czytaniem i pisaniem),
⇒ logikę,
⇒ rozumienie oraz programowanie motoryczne.

Natomiast prawa półkula:

- P** ⇒ zarządza percepcją przestrzenną,
⇒ umiejętnościami muzycznymi i plastycznymi,
⇒ mimiką i emocjami.

Jak działają Twoje półkule?

L	Lewa półkula	P	Prawa półkula
	Kontroluje ruchy prawej strony ciała: prawej dłoni, stopy, itd.		Kontroluje ruchy lewej strony ciała: lewej dłoni, stopy, itd.
	Odbiera bodźce sensoryczne i dotykowe z prawej strony ciała, w tym z prawej dłoni.		Odbiera bodźce sensoryczne i dotykowe z lewej strony ciała, w tym z lewej dłoni
	Przetwarza język symboliczny: litery, cyfry, słowa, język, idee, koncepcje.		Przetwarza konkretne doświadczenia sensoryczne: obrazy, dźwięki i inne doznania sensoryczne bez słów lub ze słowami, które wywołują silne sensoryczne skojarzenia.
	Komunikacja werbalna: Język mówiony, odbiera komunikat wypowiedziany za pomocą wyrazów		Komunikacja pozawerbalna: Odczytuje wyraz twarzy, język ciała, tembr głosu oraz inne sygnały emocjonalne.
	Przyswajanie informacji krok po kroku, linearnie, w porządku sekwencyjnym		Przyswajanie informacji globalnie, poprzez obraz, całościowo.
	Świadomość porządku czasowego.		Brak świadomości porządku czasowego.
	Analizuje, rozbijając całość na części		Syntetyzuje, łącząc części w całość.
	Uczenie się od części do całości.		Uczenie się od całości do części.
	Słabe relacje wzrokowo-przestrzenne.		Dobre relacje wzrokowo-przestrzenne: układanie klocków, rysowanie, trójwymiarowych przedmiotów itp.
	Słucha bardziej słów niż emocjonalnych niuansów.		Odbiera emocje innych.
	Muzyka: sekwencyjne i linearne aspekty produkcji muzycznej, analizowanie muzyki.		Muzyka: granie ze słuchu, całościowe odbieranie muzyki, syntetyzowanie różnych dźwięków w jedną całość.
	Kreatywność oparta na istniejącym materiale.		Kreatywność poprzez myślenie o tym, co jeszcze nie istnieje, pomysłowość, wyobraźnia.

Jak wykorzystać otrzymany wynik?

L	Lewa półkula	Prawa półkula	P
	<p>Osoby posługujące się lewą półkulą wolą pracować samodzielnie. Lubią czytać i przepisywać eksperckie notatki, dążyć do perfekcji. Układają szczegółowe plany, które później chcą realizować krok po kroku.</p> <p>Podczas pracy wymaga ona ciszy i spokoju. Lubi zasady, reguły, porządek i myśli w sposób linearny. Może mieć lęk przed niepowodzeniem. Ceni sobie powtarzający się rytm dnia.</p> <p>Uczeń ze słabą tendencją prawo- półkulową ma wielkie trudności ze zrozumieniem lekcji, na której przeważają elementy wzrokowo-przestrzenne .</p>	<p>Osoby prawopółkulowe wolą pracować w grupach. Lubią brać udział w projektach i zadaniach wymagających wyobraźni. Osoba taka woli zaprojektować i wykonać telefon komórkowy, zamiast pisać „kolejną nudną pracę z książki”</p> <p>Podczas pracy jest spontaniczna, działa zrywami, czasami „na ostatnią chwilę”. Kieruje się emocjami i wrażeniami intuicyjnymi.</p> <p>Uczeń taki, chociaż nie ma trudności w uczeniu się, może mieć problemy z przetwarzaniem informacji, które są przedstawione ustnie. Notatki tworzy za pomocą rysunku.</p>	
Strategie sprzyjające uczeniu			
	<ul style="list-style-type: none"> Wykład uporządkowany, zachowana kolejność nauczanych treści. Uczniowie uwielbiają słuchać eksperta i robić notatki. Uczniowie lubią myśleć i omawiać pojęcia abstrakcyjne. Chcą zadawać pytania. Warto przedstawiać im plan dnia, prezentacji lub zajęć, a także kolejność w jakiej będą dążyć do celu. Lubią zadania z podręcznika szkolnego, dzięki którym mogą pracować samodzielnie. Uczniowi można powierzyć napisanie pracy badawczej na temat przerabianych treści, która będzie pracą koncepcyjną obejmującą analizę szczegółów. Wielu uczniów o orientacji lewo-półkulowej dekoncentruje się , kiedy w klasie jest szum, nie chcą słyszeć żadnych rozmów podczas rozwiązywania zadań. 	<ul style="list-style-type: none"> Wykład powinien zawierać elementy wizualne, takie jak: zanotowane na tablicy najważniejsze punkty w postaci rysunku, komiksu lub prezentacji multimedialnej. Uczniowie uwielbiają rysować i używać kolorów. Są spontaniczni. Notatki wizualne pomagają uczniowi „zobaczyć” i zrozumieć omawiane zagadnienia. Podczas zajęć wolą spędzać czas na zajęciach w grupie. Prawo-półkulowi uczniowie cieszą się towarzystwem innych. Należy pozwolić uczniowi na tworzenie rysunków lub plakatów zamiast pisać pracę. Uczniowie ci mają doskonałą koordynację ręka-oko. Podczas nauki mogą słuchać muzyki lub przebywać w otoczeniu gdzie panuje hałas i gwar. Uczniowie o orientacji prawo-półkulowej mózgu są intuicyjni i bazują często na uczuciach. 	