

## انواع سبک های یادگیری در مدل VARK

### یادگیری های دیداری (Visual)

افرادی که سبک یادگیری آن ها دیداری است با استفاده از تصاویر، نمودارها، اشکال، نقشه ها و زبان بدن بهتر یاد می گیرند.

### یادگیری های شنیداری (Auditory)

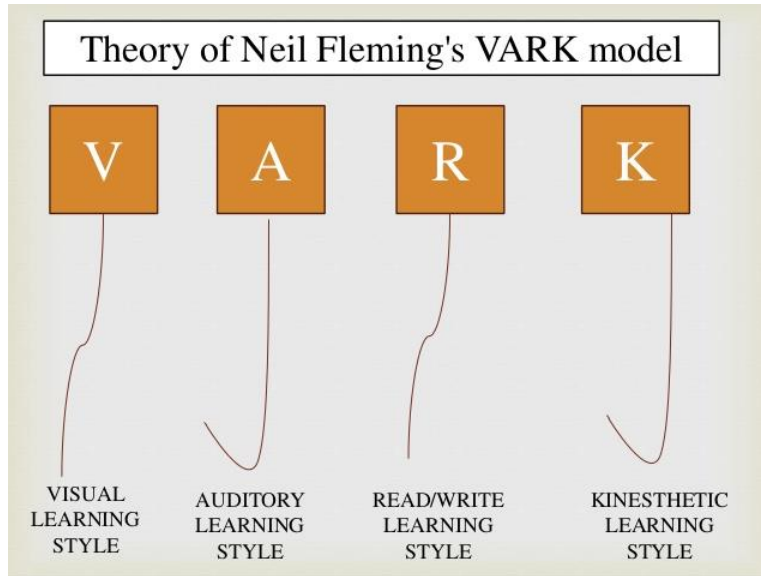
افرادی که سبک یادگیری آن ها شنیداری است با استفاده از گوش دادن و آموزش های شفاهی نظیر شنیدن سخنرانی و یا توضیحات شخص دیگری بهتر یاد می گیرند.

### یادگیری های خواندنی / نوشتنی (Reading / Writing)

افرادی که سبک یادگیری آن ها خواندنی / نوشتنی است که اگر در طی سخنرانی یا خواندن متون نوشتاری یادداشت برداری و نکته برداری کنند، بهتر یاد می گیرند. همچنین یا وقتی متنی را می خوانند و یا می نویسند یادگیری بهتری را تجربه می کنند.

### یادگیری های حرکتی (عملکردی / جنبشی) (Kinesthetic)

افرادی که سبک یادگیری آن ها حرکتی است، زمانی بهتر یاد می گیرند که کاری را به صورت عملی انجام دهند و یا تئوری را تبدیل به عمل کنند.



شما قصد دارید به شخصی که می‌خواهد به فرودگاه، ایستگاه راه آهن یا مرکز شهر برود کمک کنید شما:

الف) با او می‌روید.

ب) آدرس را به او می‌گویید.

ج) آدرس را برای او می‌نویسید.

د) برای او نقاشی می‌کشید یا به او نقشه می‌دهید.

2. شما مطمئن نیستید که یک کلمه به صورت **dependant** یا **dependent** نوشته می‌شود، شما:

الف) کلمه را در ذهن تصویر می‌کنید و هر کدام را که ظاهر بهتر داشته باشد می‌نویسید.

ب) فکر می‌کنید که هر کدام که از لغات چگونه تلفظ می‌شود و بهترین را انتخاب می‌کنید.

ج) آن را در فرهنگ لغت پیدا می‌کنید.

د) هر دو کلمه را در صفحه کاغذ نوشته و یکی را انتخاب می‌کنید.

3. شما در حال برنامه‌ریزی تعطیلات برای گروهی هستید. شما می‌خواهید که نظر آن‌ها را در مورد برنامه بدانید. شما:

- الف) برخی از موارد مشخص را برای آن‌ها نام می‌برید.
- ب) از نقشه یا وب سایت استفاده می‌کنید تا مکان‌ها را به آن‌ها نشان دهید.
- ج) یک کپی از سفرنامه به آن‌ها می‌دهید.
- د) به آن‌ها از طریق ایمیل، تلفن یا نامه خبر می‌دهید.

4. شما می‌خواهید برای یک میهمانی ویژه خانوادگی آشپزی کنید. شما:

- الف) چیزی را که یاد دارید بدون نیاز به دستورالعمل درست می‌کنید.
- ب) از دوستانتان چند پیشنهاد می‌خواهید.
- ج) در کتاب آشپزی از روی تصاویر آن، بهترین گزینه را انتخاب می‌کنید.
- د) دستور آشپزی غذایی که می‌دانید خوب است را از درون کتاب آشپزی پیدا می‌کنید.

5. گروهی از توریست‌ها می‌خواهند در مورد منابع حیات وحش و پارک‌های موجود در منطقه شما اطلاعات کسب کنند. شما:

- الف) در مورد پارک‌ها و منابع حیات وحش با آن‌ها صحبت می‌کنید یا جلسه‌ای تشکیل می‌دهید.
- ب) به آن‌ها تصاویر اینترنتی و یا کتاب عکس منطقه را نشان می‌دهید.
- ج) آن‌ها را به پارک و منابع حیات وحش برده و با آن‌ها قدم می‌زنید.
- د) به آن‌ها کتاب یا نقشه در مورد حیات وحش و پارک‌های منطقه می‌دهید.

6. شما می‌خواهید یک تلفن همراه یا یک دوربین دیجیتالی بخرید. به جز قیمت چه چیزی در تصمیم شما موثر است؟

- الف) امتحان کردن و تست کردن آن
- ب) خواندن در مورد ویژگی‌های آن
- ج) طراحی جدید ظاهر خوب آن
- د) خصوصیتی که فرد فروشنده به شما می‌گوید.

7. زمانی را که یک عمل را آموخته‌اید به یاد آورید. سعی کنید که مهارت‌های فیزیکی مثل دوچرخه سواری نباشد. شما آن را با ..... آموخته‌اید.

- الف) دیدن یک دمو /فیلم کوتاه آموزشی  
ب) گوش دادن به شخصی که آن را تجربه کرده است و پرسیدن سوال از او  
ج) نمودارها و جداول و اشکال بصری  
د) دستورالعمل نوشتاری، کتاب یا دفترچه راهنما

8. شما در زانو خود احساس درد می‌کنید. شما ترجیح می‌دهید که پزشک:

- الف) یک آدرس اینترنتی، کتاب و... به شما بدهد که در مورد آن مطالعه کنید.  
ب) یک مدل پلاستیکی زانو جهت نشان دادن اختلال استفاده کند.  
ج) توضیح دهد که چه اختلالی روی داده است.  
د) یک عکس از اختلال ایجاد شده به شما نشان دهد.

9. شما می‌خواهید یک برنامه، مهارت یا بازی جدید کامپیوتری را یاد بگیرید. شما:

- الف) دستورالعمل‌هایی را که همراه بازی می‌آید را می‌خوانید یا می‌نویسید.  
ب) با کسی که در مورد برنامه اطلاع دارد صحبت می‌کنید.  
ج) استفاده از کنترل و صفحه کلید  
د) دیاگرامی که در کتابی که همراه آن است را دنبال می‌کنید.

10. من دوست دارم که وب سایت‌ها .... داشته باشند:

- الف) چیزهایی که من بتوانم، روی آن‌ها کلیک کنم، انتقال بدهم یا امتحان کنم.  
ب) طرح و ویژگی‌های جالب دیداری  
ج) توضیحات، لیست‌ها و توصیفات نوشتاری جالب  
د) کانال‌های رادیویی، جایی که من بتوانم موزیک، مصاحبه و برنامه‌های رایویی را بشنوم.

11. به جز قیمت چه چیزی بیشترین تاثیر را روی تصمیم شما در مورد خرید یک کتاب غیر تخیلی جدید می‌گذارد؟

- الف) جذابیت کتاب  
ب) خواندن سریع بخش‌های آن  
ج) یک دوست در مورد آن صحبت کند و آن را توصیه کند.  
د) داستان‌ها و تجربیات و مثال‌های مستند زندگی را داشته باشد.

12. شما یک کتاب، CD یا وب سایتی را در حال استفاده کردن هستید تا یاد بگیرید چگونه با دوربین دیجیتال جدیدتان عکس بگیرید. شما می خواهید تا... داشته باشید.

- الف) شانس سوال پرسیدن و صحبت درباره دوربین و ویژگی های آن
- ب) دستورالعمل نوشتاری واضح همراه با لیست نکات برجسته در مورد آنچه باید انجام دهد.
- ج) دیاگرام هایی که دوربین را نشان می دهد و آنچه که هر بخش از آن انجام می دهد.
- د) مثال های زیادی از دوربین های خوب و ضعیف و چگونگی بهبود بخشیدن به آن

13. شما ترجیح می دهید استادان از روش... برای انتقال مطالب استفاده کند:

- الف) مدل ها و جلسات عملی
- ب) سوال و جواب، مکالمه و بحث گروهی
- ج) تیترها، کتابها و مقالهها
- د) نمودار، دیاگرام و عکس

14. شما یک تست یا رقابتی را انجام داده اید و حال تمایل دارید، فیدبکی در مورد آن بگیرید. شما دوست دارید فیدبک چگونه باشد؟

- الف) استفاده از مثال هایی که شما آن ها انجام داده اید.
- ب) استفاده از یک توضیح نوشتاری در مورد نتایج آن
- ج) از کسی می خواهید که آن را به صورت گفتاری بگوید.
- د) استفاده از عکس هایی که نشان دهنده چیزی است که شما به آن دست یافته اید.

15. شما می خواهید یک غذا در یک رستوران یا کافه انتخاب کنید. شما:

- الف) چیزی را انتخاب می کنید که قبلا خورده اید.
- ب) به گارسون گوش می دهید یا از دوستانتان می خواهید به شما توصیه ای در مورد انتخاب غذا بکنند.
- ج) از توضیحات درون menu استفاده می کنید.
- د) نگاه می کنید که بقیه افراد چه می خورند یا به تصویر هر غذا نگاه می کنید.

16. شما می خواهید یک سخنرای مهم را در یک کنفرانس یا جایگاه ویژه انجام دهید. شما:

- الف) از دیاگرام یا عکس برای کمک به توضیح مسائل استفاده می کنید
- ب) کلید واژه ها را می نویسید و به صورت گفتاری سخنان خود را چند بار تمرین می کنید.

ج) سخنرانی خود را می‌نویسید و با چندین بار خواندن آن را یاد می‌گیرید.  
 د) مثال‌ها و داستان‌ها زیادی را جمع می‌کنید تا صحبت واقعی و عملی جلوه دهید.

### جدول امتیازات پرسشنامه:

سوال	گزینه ۱	گزینه ۲	گزینه ۳	گزینه ۴
1	K	A	R	V
2	V	A	R	K
3	K	V	R	A
4	K	A	V	R
5	A	V	K	R
6	K	R	V	A
7	K	A	V	R
8	R	K	A	V
9	R	A	K	V
10	K	V	R	A
11	V	R	A	K
12	A	R	V	K
13	K	A	R	V
14	K	R	A	V
15	K	A	R	V
16	V	A	R	K

برای نمره‌گذاری این پرسشنامه از جدول زیر استفاده کنید. این جدول دارای ۵ ستون است. ستون اول نشان‌دهنده شماره سوالات است. هر سوال چهار گزینه دارد که هر یک از گزینه‌ها متعلق به یک سبک یادگیری میباشند که با حروف VARK مشخص شده‌اند.

۱. دیداری (Visual)
۲. شنیداری (Auditory)
۳. خواندنی و نوشتنی (Reading)
۴. حرکتی (Kinesthetic)

سوال	گزینه الف	گزینه ب	گزینه ج	گزینه د
1	K	A	R	V
2	V	A	R	K
3	K	V	R	A
4	K	A	V	R

R	K	V	A	5
A	V	R	K	6
R	V	A	K	7
V	A	K	R	8
V	K	A	R	9
A	R	V	K	10
K	A	R	V	11
K	V	R	A	12
V	R	A	K	13
V	A	R	K	14
V	R	A	K	15
K	R	A	V	16

با استفاده از جدول فوق در هر سوال دور گزینه پاسخ خود دایره بکشید در نهایت، تعداد هر یک از حروف VARK که دور آن دایره کشیده‌اید را بشمارید. امتیاز بالاتر در هر یک از حروف سبک یادگیری شما را مشخص می‌کند.

شناخت سبک یادگیری به شما کمک می‌کند، بهتر و سریعتر آن چه را که می‌خواهید بیاموزید و همچنین به عنوان متولیان آموزش در سازمان‌ها با شناخت بیشتر نسبت به سبک یادگیری کارکنانتان، روش‌های آموزشی متناسب‌تری را طراحی نمایید.