

KWESTIONARIUSZ

Test inteligencji wielorakich na podstawie teorii Howarda Gardnera

Inteligencje wielorakie to teoria stworzona przez **Howarda Gardnera**, która podkreśla, że każdy z nas posiada różnorodne zdolności, działające w różnych obszarach życia. Zamiast skupiać się wyłącznie na wynikach testów IQ, Gardner wyróżnił **osiem typów inteligencji: lingwistyczną, matematyczno-logiczną, wizualno-przestrzenną, muzyczną, interpersonalną, intrapersonalną, ruchową-kinestetyczną oraz przyrodniczą**. Każdy z tych typów przyczynia się do tworzenia unikalnego profilu zdolności, które kształtują nasze umiejętności i sposoby działania. **Dzięki tej teorii możemy lepiej zrozumieć nasze predyspozycje oraz dowiedzieć się, w jaki sposób najefektywniej się uczymy i rozwijamy.**

Celem testu jest określenie twoich dominujących inteligencji wielorakich. Odpowiedz na pytania, przypisując każdemu stwierdzeniu wartość od 0 do 5. Cyfra 0 oznacza, że dane stwierdzenie zupełnie do ciebie nie pasuje, a cyfra 5 – że w pełni się z nim zgadzasz.

Test wypełnij spontanicznie, opierając się na swojej pierwszej myśli – zazwyczaj jest ona najlepsza. Po udzieleniu odpowiedzi uzupełnij tabelę, aby obliczyć wynik. Pamiętaj jednak, że rzadko posiadamy tylko jeden dominujący typ inteligencji. Zazwyczaj mamy kilka obszarów, które są mocniej rozwinięte.

Prawa autorskie

Ten test został stworzony wyłącznie w celach edukacyjnych i informacyjnych, opierając się na teorii inteligencji wielorakich Howarda Gardnera. Wszystkie prawa autorskie do treści testu, w tym pytań, odpowiedzi, klucza rozwiązań oraz interpretacji wyników, należą do autora i są chronione prawem autorskim. Test możesz wykorzystywać jedynie w celach osobistych, edukacyjnych lub dydaktycznych, z zachowaniem informacji o autorze oraz odniesieniem do teorii Gardnera.

Wykorzystanie testu w celach komercyjnych wymaga uzyskania pisemnej zgody autora. Kopiowanie, rozpowszechnianie lub modyfikowanie treści testu bez zgody autora jest zabronione. W sprawach komercyjnych proszę o kontakt mailowy: kontakt@katarzynapluska.pl

Katarzyna Skoczylas-Płuska



MIĘKKO O KOMPETENCJACH

by Katarzyna Płuska

www.katarzynapluska.pl

Magister komunikacji społecznej oraz absolwentka studiów podyplomowych na kierunkach zarządzanie zasobami ludzkimi i integracja sensoryczna. Certyfikowany trener umiejętności społecznych (TUS I i II stopnia) dla dorosłych i dzieci, menadżer oświaty oraz edukator i projektant treści edukacyjnych (Instructional Designer). Absolwentka certyfikowanych przez MEN kursów z zakresu podstaw psychologii i doradztwa zawodowego. Twórczyni serwisu „Miętko o kompetencjach” (www.katarzynapluska.pl) oraz autorka licznych publikacji: artykułów, e-booków, scenariuszy lekcji, kursów rozwijających umiejętności społeczne i zawodowe.

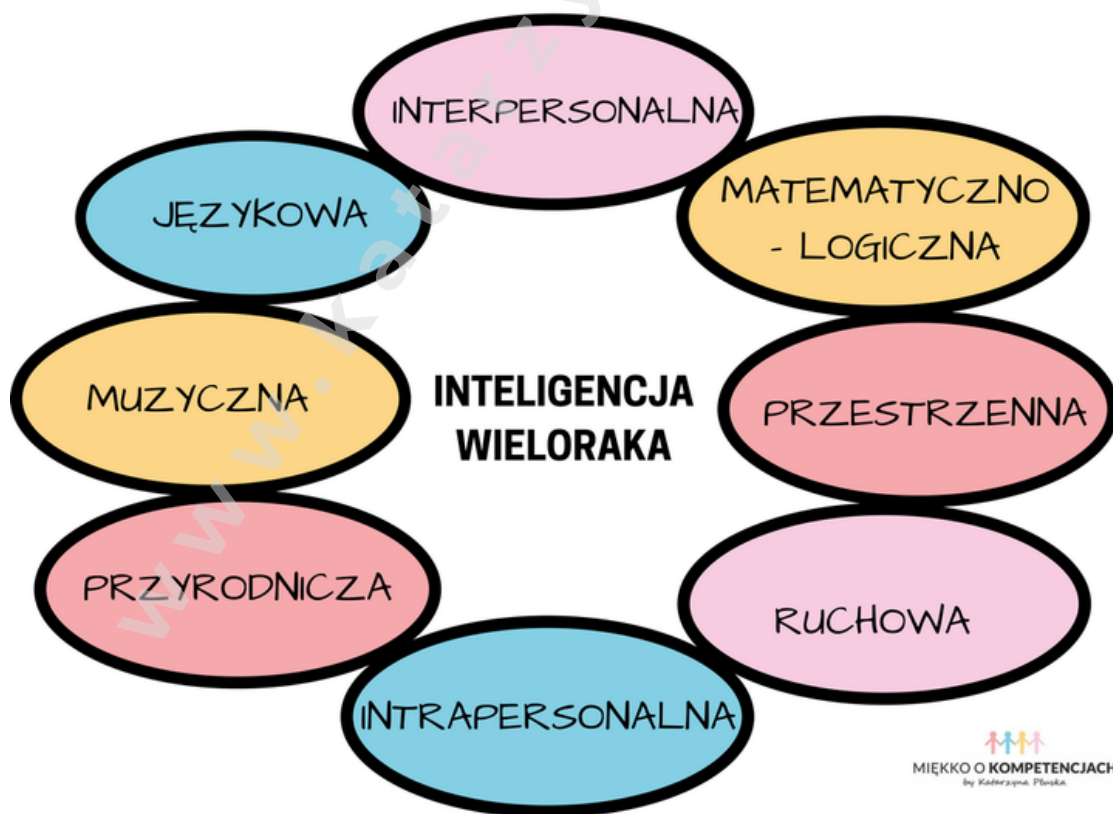
Test inteligencji wielorakich na podstawie teorii Howarda Gardnera

Instrukcja wykonania testu

Odpowiedz na pytania, zaznaczając swoją odpowiedź w kółku przy każdej wartości od 0 do 5. Cyfra 0 oznacza, że dane stwierdzenie zupełnie do Ciebie nie pasuje, a cyfra 5 – że w pełni się z nim zgadzasz.

1. Mam zdolności manualne i dobrze radzę sobie z pracami wymagającymi precyzji. 0 1 2 3 4 5
2. Mam dobre wyczucie kierunku i łatwo orientuję się w przestrzeni. 0 1 2 3 4 5
3. Potrafię skutecznie łagodzić konflikty i znajdować rozwiązania w sporach między ludźmi. 0 1 2 3 4 5
4. Z łatwością zapamiętuję słowa piosenek i melodie, które często długo pozostają w mojej pamięci. 0 1 2 3 4 5
5. Potrafię jasno i zrozumiale wyjaśniać innym nawet trudne zagadnienia. 0 1 2 3 4 5
6. Z przyjemnością obserwuję zwierzęta, owady i rośliny, dostrzegając ich różnorodność. 0 1 2 3 4 5
7. Lubię wykonywać zadania krok po kroku i szczegółowo je planować. 0 1 2 3 4 5
8. Dobrze znam siebie i rozumiem, dlaczego postępuję w określony sposób. 0 1 2 3 4 5
9. Lubię uczestniczyć w ćwiczeniach grupowych i spotkaniach towarzyskich. 0 1 2 3 4 5
10. Dobrze uczę się słuchając wykładów i wywodów innych ludzi. 0 1 2 3 4 5
11. Słuchanie muzyki często wpływa na mój nastrój, wywołując różnorodne emocje. 0 1 2 3 4 5
12. Rozwiązywanie krzyżówek, łamigłówek i problemów logicznych sprawia mi przyjemność i pobudza moje myślenie. 0 1 2 3 4 5
13. Tablice, diagramy, mapy i inne pomoce wizualne znacząco ułatwiają mi przyswajanie wiedzy. 0 1 2 3 4 5
14. Troszczę się o przyrodę i dbam o otaczające mnie środowisko. 0 1 2 3 4 5
15. Jestem wrażliwy na uczucia i emocje osób w moim otoczeniu. 0 1 2 3 4 5
16. Najlepiej uczę się i działam, gdy wiem, że jestem w pełni odpowiedzialny za wyniki swojej pracy. 0 1 2 3 4 5
17. Zanim zacznę się czegoś uczyć, zastanawiam się, jakie korzyści mogę z tego odnieść. 0 1 2 3 4 5
18. Podczas nauki i pracy najlepiej czuję się w spokoju i samotności. 0 1 2 3 4 5
19. Podczas słuchania utworów muzycznych łatwo rozróżniam brzmienia poszczególnych instrumentów.
0 1 2 3 4 5
20. Z łatwością przywołuję w wyobraźni zapamiętane obrazy lub tworzę nowe wizualizacje. 0 1 2 3 4 5
21. Mam bogaty zasób słownictwa i potrafię go skutecznie używać w rozmowach lub pisaniu. 0 1 2 3 4 5

22. Lubię robić notatki, ponieważ pomagają mi porządkować informacje i lepiej je zapamiętywać. 0 1 2 3 4 5
23. Mam dobre poczucie równowagi i czerpię przyjemność z aktywności fizycznej 0 1 2 3 4 5
24. Z łatwością dostrzegam struktury, wzorce i związki między różnymi rzeczami. 0 1 2 3 4 5
25. Potrafię skutecznie pracować w zespole, czerpiąc z doświadczeń innych osób. 0 1 2 3 4 5
26. Jestem spostrzegawczy i dostrzegam szczegóły, które często umykają innym. 0 1 2 3 4 5
27. Trudno mi usiedzieć w jednym miejscu – wolę być w ruchu. 0 1 2 3 4 5
28. Cenię sobie możliwość pracy i nauki w pełni samodzielnie, bez wsparcia innych. 0 1 2 3 4 5
29. Czerpię przyjemność z komponowania muzyki i tworzenia nowych melodii. 0 1 2 3 4 5
30. Lubię spędzać czas ze zwierzętami domowymi i opiekować się nimi. 0 1 2 3 4 5
31. Z łatwością wykonuję różne obliczenia matematyczne, nawet w pamięci. 0 1 2 3 4 5
32. Lubię pracować i uczyć się na świeżym powietrzu. 0 1 2 3 4 5



Jak obliczyć wyniki?

1. Po zakończeniu testu przepisz swoje odpowiedzi (punkty od 0 do 5) w odpowiednie miejsca w podanych liniach dla każdego typu inteligencji.
2. Dodaj wszystkie punkty z każdego wiersza. W ten sposób uzyskasz wynik dla każdego typu inteligencji.
3. Sprawdź, które typy mają najwyższe wyniki - to są twoje dominujące zdolności.

Przykład:

W teście znajdziesz pytania z kategorii „Lingwistyczna” o numerach 5, 10, 21 i 22. Wpisz swoje wyniki w odpowiednie miejsca: pyt. 5: 4 punkty + pyt. 10: 3 punkty + pyt. 21: 5 punktów + pyt. 22: 2 punkty = 14 (suma punktów). W tym przykładzie suma wynosi 14.

TYP INTELIGENCJI

Lingwistyczna

pyt. 5 + pyt. 10 + pyt. 21 + pyt. 22 = (suma punktów)

Matematyczno-logiczna

pyt. 7 + pyt. 12 + pyt. 24 + pyt. 31 = (suma punktów)

Wizualno-przestrzenna

pyt. 2 + pyt. 13 + pyt. 20 + pyt. 26 = (suma punktów)

Muzyczna

pyt. 4 + pyt. 11 + pyt. 19 + pyt. 29 = (suma punktów)

Interpersonalna

pyt. 3 + pyt. 9 + pyt. 15 + pyt. 25 = (suma punktów)

Intrapersonalna

pyt. 8 + pyt. 17 + pyt. 18 + pyt. 28 = (suma punktów)

Ruchowa-kinestetyczna

pyt. 1 + pyt. 16 + pyt. 23 + pyt. 27 = (suma punktów)

Przyrodnicza

pyt. 6 + pyt. 14 + pyt. 30 + pyt. 32 = (suma punktów)

Szczegółowy opis inteligencji wielorakich znajdziesz na kolejnych stronach. Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej o tym, czym jest teoria Howarda Gardniera, jakie są jej główne tezy oraz jak poszczególne typy inteligencji wzajemnie się przenikają, tworząc unikalny profil każdej osoby, zapraszam na stronę **katarzynapluska.pl** Jeśli jesteś online, kliknij: <https://www.katarzynapluska.pl/test-inteligencji-wielorakich-teoria-gardniera/>.

Interpretacja wyników

1. Sprawdź, w których kategoriach uzyskałeś dwa lub trzy najwyższe wyniki.

Te kategorie wskazują na twoje dominujące typy inteligencji. To właśnie w tych obszarach masz największe predyspozycje i naturalne zdolności. Mogą one sugerować, w jakim kierunku warto rozwijać się zarówno zawodowo, jak i w życiu codziennym.

2. Sprawdź, które kategorie mają dwa lub trzy najniższe wyniki.

Mogą one wskazywać obszary, które są mniej rozwinięte lub nie są dla ciebie naturalne. Nie oznacza to jednak, że musisz je ignorować – jeśli są dla ciebie istotne, możesz nad nimi pracować i rozwijać je poprzez odpowiednie ćwiczenia.

Posiadanie różnorodnych inteligencji jest naturalne. Wyższe wyniki w jednych kategoriach nie wykluczają zdolności w innych – inteligencje często współpracują i się uzupełniają. Wyniki te stanowią wskazówkę, a nie ostateczną diagnozę – rozwój w każdym obszarze jest możliwy.

Przykład:

- Jeśli najwyższe wyniki uzyskałeś w „Lingwistycznej” i „Interpersonalnej”, oznacza to, że masz talent do komunikacji, wyjaśniania złożonych zagadnień i pracy z ludźmi.
- Jeśli najniższy wynik osiągnąłeś w „Przyrodniczej”, może to oznaczać, że kontakt z naturą nie jest dla ciebie istotny na co dzień, ale warto spróbować wyjść na spacer lub poznać jej znaczenie w życiu.

Typy inteligencji wielorakich Howarda Gardnera

1. Inteligencja językowa (werbalna lub lingwistyczna)

Osoby z dominującą inteligencją językową wyróżniają się szczególną wrażliwością na język i jego funkcje. Ich zdolności obejmują:

- wrażliwość na dźwięk, rytm, modulację głosu i różnorodne funkcje języka,
- łatwość uczenia się poprzez pisanie, czytanie i dyskusję,
- bogate słownictwo i umiejętność stosowania synonimów,
- zamiłowanie do wierszy, rymów, gier słownych i literatury,
- umiejętność aktywnego słuchania,
- precyzję w przekazywaniu informacji,
- zdolność szybkiego opanowania języków obcych, w tym akcentu,
- dedykowane zawody: pisarz, poeta, dziennikarz, tłumacz,
- jak ją rozwijać: pisanie tekstów literackich, czytanie książek i analizowanie ich treści, udział w debatach, rozwiązywanie krzyżówek, nauka nowych języków, prowadzenie dziennika.

2. Inteligencja matematyczno-logiczna

Osoby z dominującą inteligencją matematyczno-logiczną wykazują szczególne zdolności analityczne i umiejętność logicznego myślenia. Ich cechy to:

- wrażliwość na wzorce logiczne i liczbowe,
- umiejętność abstrakcyjnego myślenia,
- zdolność rozwiązywania nawet złożonych zadań logicznych,
- myślenie dedukcyjne (przyczynowo-skutkowe),
- zamiłowanie do zagadek i łamigłówek,
- umiejętność wykonywania skomplikowanych działań w pamięci,
- szybkie przyswajanie pojęć takich jak czas, miejsce, ilość czy liczba już w dzieciństwie,
- pasja do eksperymentowania i szukania nowych rozwiązań,
- dedykowane zawody: naukowiec, matematyk,
- jak ją rozwijać: rozwiązywanie zagadek logicznych i łamigłówek, nauka programowania, analiza danych, wykonywanie obliczeń w pamięci, planowanie strategii w grach logicznych, eksperymentowanie w laboratorium.

3. Inteligencja przyrodnicza

Osoby z dominującą inteligencją przyrodniczą wyróżniają się szczególną wrażliwością na otaczający świat przyrody.

Ich cechy obejmują:

- umiejętność dostrzegania różnic między gatunkami,
- zdolność do interakcji z żywymi stworzeniami i budowania z nimi symbiozy,
- baczne obserwowanie świata roślin i zwierząt,
- znajomość nazw przyrodniczych, w tym terminów biologicznych,
- poczucie harmonii w środowisku naturalnym oraz zrozumienie jego zasad,
- opiekuńczość wobec zwierząt i troskę o naturę,
- dedykowane zawody: biolog, ekolog,
- jak ją rozwijać: obserwowanie natury i dokumentowanie swoich spostrzeżeń, praca w ogrodzie, opieka nad zwierzętami, wycieczki terenowe, czytanie książek przyrodniczych, prowadzenie badań nad lokalną fauną i florą.

4. Inteligencja ruchowa (cielesno-kinestetyczna)

Osoby z dominującą inteligencją ruchową cechuje wyjątkowa świadomość ciała i zdolność do precyzyjnego panowania nad jego ruchami. Ich charakterystyka obejmuje:

- wysoką świadomość własnego ciała i umiejętność kontrolowania ruchów,
- zręczność w wykonywaniu różnorodnych ćwiczeń fizycznych,
- doskonałą zdolność zachowania równowagi,
- zamiłowanie do nauki nowych ruchów, np. tanecznych,
- pasję do budowania i konstruowania różnych rzeczy,
- chęć uczestnictwa w grach wymagających aktywności fizycznej,
- dedykowane zawody: tancerz, choreograf, sportowiec, cyrkowiec,
- jak ją rozwijać: regularne ćwiczenia fizyczne, nauka nowych form ruchu, takich jak taniec czy sztuki walki, uprawianie sportów zespołowych, budowanie lub majsterkowanie, ćwiczenia równowagi i koordynacji.

5. Inteligencja przestrzenna

Osoby z dominującą inteligencją przestrzenną wyróżniają się zdolnością do myślenia obrazowego i sprawnym postrzeganiem otaczającego świata. Ich cechy to:

- wrażliwość na geometrię i zdolność wymyślania obiektów trójwymiarowych,
- umiejętności konstrukcyjne,
- zdolność wyobrażania sobie i odtwarzania brył w pamięci,
- postrzeganie świata z punktu wzrokowo-przestrzennego,
- łatwość poruszania się w przestrzeni,
- zamiłowanie do stosowania schematów i map pamięci,
- trafne przewidywanie ruchu przedmiotów w przestrzeni,
- talent do sporządzania wykresów, map i pomocy wizualnych,
- wysoki zmysł estetyczny,
- dedykowane zawody: pilot, nawigator, piłkarz, architekt, malarz, rzeźbiarz,
- jak ją rozwijać: rysowanie i malowanie, projektowanie makiet, modelowanie 3D, układanie puzzli, nauka nawigacji z wykorzystaniem map, oglądanie i analiza wizualizacji danych, fotografia.

6. Inteligencja muzyczna

Osoby z dominującą inteligencją muzyczną wyróżniają się niezwykle wrażliwością na dźwięki i rytmy.

Charakterystyczne cechy to:

- wysoka wrażliwość na muzykę, rytmy, wysokość i barwy dźwięków,
- bardzo dobry słuch,
- doskonałe poczucie rytmu,
- umiejętność odróżniania i naśladowania tonów,
- szybka nauka śpiewu lub gry na instrumentach,
- zrozumienie różnych form ekspresji muzycznej, w tym rozróżnianie gatunków muzycznych,
- zdolność do wyodrębniania brzmienia poszczególnych instrumentów,
- zamiłowanie do muzykowania, śpiewu oraz reagowanie na dźwięki ruchem, np. tańcem czy przytupywaniem,
- wysoka wrażliwość emocjonalna,
- dedykowane zawody: wokalista, muzyk, dyrygent, krytyk muzyczny, kompozytor,
- jak ją rozwijać: nauka gry na instrumencie, śpiewanie i komponowanie muzyki, uczestnictwo w koncertach, słuchanie różnych gatunków muzycznych, analiza utworów muzycznych, tworzenie rytmów i melodii.

7. Inteligencja interpersonalna

Osoby z dominującą inteligencją interpersonalną wyróżniają się wyjątkowymi zdolnościami w zakresie relacji międzyludzkich. Ich cechy to:

- wysoki poziom komunikacji, zarówno werbalnej, jak i niewerbalnej,
- umiejętność dostrzegania i właściwego reagowania na nastroje, temperament, motywacje oraz pragnienia innych,
- łatwość nawiązywania kontaktów i odnajdywania się w towarzystwie,
- zdolność łagodzenia sporów i rozwiązywania konfliktów,
- wysoka empatia i zdolność wczuwania się w sytuację innych,
- umiejętność prowadzenia rozmów i perswazji, co może prowadzić zarówno do pozytywnego wpływu, jak i manipulacji,
- zdolności negocjacyjne,
- zamiłowanie do pracy zespołowej,
- dedykowane zawody: psycholog, nauczyciel, terapeuta, sprzedawca, duchowny,
- jak ją rozwijać: uczestnictwo w warsztatach komunikacyjnych, rozwiązywanie problemów w grupie, nauka aktywnego słuchania, praca w zespole, obserwacja emocji innych osób, rozwijanie umiejętności negocjacyjnych i mediacyjnych.

8. Inteligencja intrapersonalna

Osoby z dominującą inteligencją intrapersonalną cechuje głęboka świadomość siebie i umiejętność refleksji nad własnym wnętrzem. Ich cechy to:

- wysoka umiejętność rozumienia siebie, swoich potrzeb, emocji i motywacji,
- szczegółowa i trafna samowiedza,
- zdolność do zagłębiania się w siebie, motywowania się i wykazywania silnej woli,
- znajomość własnych mocnych i słabych stron,
- trafne określanie swoich pragnień i zdolności,
- skłonność do bycia skrytym indywidualistą, czasem wstydliwym,
- zamiłowanie do filozofowania, zadawania pytań egzystencjalnych i poszukiwania sensu życia,
- pozytywny obraz siebie i wysoka automotywacja,
- priorytetem jest rozwój osobisty,
- dedykowane zawody: filozof, analityk, mentor,
- jak ją rozwijać: prowadzenie dziennika refleksji, medytacja, wyznaczanie osobistych celów i ich analiza, czytanie literatury psychologicznej i filozoficznej, samodzielna analiza swoich mocnych i słabych stron, zadawanie sobie pytań natury egzystencjalnej.