

VARK Frågeformulär

Hur lär du dig bäst?

Här nedan är det sexton olika situationer beskrivna.

Markera det **svar** som bäst beskriver det du föredrar.

Du får markera flera alternativ om du föredrar det.

Lämna blankt om du inte hittar något svar som passar för dig på en fråga.

1. Du ska hjälpa en person som ska till flygplatsen, till stadens centrum eller till tågstationen. Då vill du:
 - a. följa med henne
 - b. berätta för henne hur hon ska ta sig dit.
 - c. skriva ner färdvägen. (utan karta)
 - d. rita en vägbeskrivning eller ge personen en karta
2. Du är inte säker på om ett ord stavas "hitills" eller "hittills". Då vill du:
 - a. försöka se orden framför dig och välja utifrån hur de ser ut
 - b. tänka på hur orden låter och välja utifrån det
 - c. slå upp i en ordbok
 - d. skriva orden på ett papper och det som ser bäst ut
3. Du planerar en semesterresa för en grupp och vill få feedback på din planering. Då vill du:
 - a. välja ut några av resans höjdpunkter och berätta om dem
 - b. använda en karta eller en webbsida för att visa dem
 - c. ge dem en kopia på den utskrivna resplanen
 - d. ringa, skriva eller e-posta dem
4. Du ska laga en speciell och fin middag till din familj. Då vill du:
 - a. laga någonting som du kan göra utan att behöva ett recept
 - b. fråga dina vänner för att få förslag
 - c. titta igenom kokboken för att få idéer från bilderna
 - d. använda en kokbok som du vet har ett bra recept
5. En grupp turister vill veta mer om naturområdena och djurlivet där du bor. Då vill du:
 - a. berätta om och beskriva naturområdena och dess djur för dem
 - b. visa dem bilder från naturområden i närheten av där du bor
 - c. ta dem med på en rundtur i naturen
 - d. ge dem en bok eller en broschyr om djurlivet och närliggande naturområden
6. Du ska köpa en ny digitalkamera eller mobiltelefon. Vad, förutom priset, inverkar mest på ditt beslut?
 - a. att du har provat att använda den
 - b. att du har läst om hur den fungerar
 - c. att den ser bra ut och har en modern design
 - d. att säljaren berättar för dig hur den fungerar
7. Tänk på ett tillfälle när du skulle lära dig något helt nytt (uteslut fysisk aktivitet som att lära sig att cykla). Du lärde dig bäst genom att:
 - a. titta på när någon visade hur man gjorde eller genom att du fick prova själv
 - b. lyssna på någon som förklarade samtidigt som du fick ställa frågor
 - c. ta hjälp av diagram, kartor och andra synintryck
 - d. läsa instruktioner, en manual eller bruksanvisning

8. Du har problem med ett knä. Vad föredrar du att läkaren gör för att du ska förstå vad problemet är?
 - a. ger dig en webbadress eller en broschyr där du själv kan läsa om det
 - b. tar fram en modell av ett knä och visar dig
 - c. beskriver och förklarar vad som är fel
 - d. visar dig vad som är fel med ditt knä med hjälp av en bild
9. Du vill lära dig ett nytt program eller ett nytt dataspel. Då vill du:
 - a. läsa de skrivna instruktionerna som följde med programmet
 - b. prata med personer som kan programmet
 - c. prova dig fram genom att använda kontrollerna eller tangentbordet
 - d. ta hjälp av bilder och grafiska figurer i instruktionsboken
10. Du gillar webbsidor som har:
 - a. saker som du kan klicka på, förändra eller prova.
 - b. snygg design och visuella effekter
 - c. intressanta skrivna berättelser, skrivna, listor och förklaringar
 - d. musik, radioprogram och intervjuer
11. Vad påverkar ditt beslut mest förutom priset när du ska köpa en faktabok om ett ämne som intresserar dig?
 - a. att den ser tilltalande ut
 - b. att du gör en skumläsning av vissa delar
 - c. att en vän berättar om den och rekommenderar den
 - d. att den innehåller många exempel och berättelser om verkliga händelser
12. Du använder en bok, en CD eller en webbsida för att lära dig hur du ska fotografera med din nya digitalkamera. Vad föredrar du:
 - a. möjlighet att ställa frågor till någon om kameran och dess funktioner
 - b. tydligt skrivna instruktioner i punktform
 - c. bilder som visar kameran och dess funktioner
 - d. rikligt med exempel på bra och dåliga foton och hur man blir en bättre fotograf
13. Du skulle föredra en lärare eller presentatör som använder sig av:
 - a. demonstrationer/praktiska exempel/laborationer
 - b. samtal/gruppdiskussioner/frågestund.
 - c. kompendium, läroböcker och/eller läsanvisningar
 - d. diagram, kartor/ översikter och grafer
14. Du har just avslutat en tävling eller ett test och skulle vilja få lite feedback. Hur skulle du vilja få den presenterad?
 - a. genom att någon beskriver vad du har gjort utifrån konkreta exempel
 - b. genom att få läsa en skriftlig beskrivning av vad du åstadkommit
 - c. genom att någon pratar igenom det med dig
 - d. genom att se på diagram, översikter och grafer som visar vad du åstadkommit
15. Du ska välja och beställa mat på en restaurang eller ett café. Vad föredrar du?
 - a. att välja något som du ätit där förut
 - b. att höra vad servitören eller vänner rekommenderar
 - c. att välja bland alternativen i menyn
 - d. att se hur maten ser ut
16. Du ska hålla ett viktigt föredrag eller göra ett inlägg på ett möte. Då vill du:
 - a. förklara saker genom att visa översikter, diagram och grafer
 - b. skriva stödord och träna på hur du ska framföra talet "flera gånger"
 - c. skriva ner ditt tal och lära dig det genom att läsa igenom texten flera gånger
 - d. samlar exempel och historier för att göra talet ledigt och naturligt

The VARK Questionnaire Scoring Chart

Use the following scoring chart to find the VARK category that each of your answers corresponds to. Circle the letters that correspond to your answers

e.g. If you answered b and c for question 3, circle V and R in the question 3 row.

Question	a category	b category	c category	d category
3	K	V	R	A

Scoring Chart

Question	a category	b category	c category	d category
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

Calculating your scores

Count the number of each of the VARK letters you have circled to get your score for each VARK category.

Total number of V s circled =	<input type="text"/>
Total number of A s circled =	<input type="text"/>
Total number of R s circled =	<input type="text"/>
Total number of K s circled =	<input type="text"/>

Calculating your preferences

Use the VARK spreadsheet (which can be purchased from the www.vark-learn.com web site) to work out your VARK learning preferences.