

TEST : Comment fonctionne ta mémoire ?

1. Pour apprendre une leçon d'histoire :

- a) je la répète à voix haute ou à voix basse
- b) je l'écris au brouillon
- c) je suis accroupi par terre ou couché les jambes en l'air ou je marche dans la pièce

2. Pour retrouver une règle de grammaire :

- a) je me souviens des paroles prononcées
- b) je me souviens de la page du cahier où elle figure
- c) je me rappelle ce que je faisais quand j'ai appris cette règle

3. Quand je pense à un parent :

- a) je me souviens en priorité de sa voix
- b) je me souviens en priorité de son visage
- c) je me souviens de ce que j'ai fait avec lui

4. Dans un livre de cours :

- a) je lis d'abord le texte
- b) je regarde d'abord les schémas, les photos ou les graphiques
- c) je sens son odeur

5. Quand je recherche dans mon livre une page à partir de la table des matières :

- a) je prononce le numéro de la page à voix basse
- b) je regarde les numéros de page sans les prononcer
- c) je mouille mon doigt pour tourner les pages

6. Dans mes loisirs :

- a) j'aime de préférence la musique
- b) j'aime plutôt le cinéma
- c) j'aime plutôt le sport

7. Pour retrouver de mémoire ce que j'ai sur mon bureau :

- a) je pense à ce que j'ai fait récemment avec ces objets
- b) je vois d'abord dans ma tête les objets posés sur ce bureau
- c) je me revois en train de déposer les objets sur ce bureau

8. Pour retrouver une explication :

- a) je repense à ce que le professeur a dit dans son explication
- b) je revois son explication écrite au tableau ou sur mon cahier
- c) je me rappelle une anecdote du professeur

9. Je parle avec les autres :

- a) facilement
- b) avec réserve
- c) en effectuant beaucoup de gestes

10. Pour apprendre, le bruit :

- a) est un handicap car je ne m'entends plus réciter
- b) ne me pose pas de problème
- c) peut m'aider s'il est rythmé et discret

11. Je préfère les explications :

- a) orales
- b) sous forme de schémas
- c) sous forme d'expériences ou d'anecdotes

12. Pour un calcul simple :

- a) je le fais facilement de tête
- b) je l'écris
- c) je calcule à haute voix

13. Pour retenir un numéro de téléphone :

- a) je le répète
- b) je l'écris
- c) je trouve un moyen mnémotechnique pour le retenir

14. Lorsque je me trouve dans un bâtiment nouveau :

- a) je me repère facilement
- b) je me repère difficilement
- c) je me rappelle où je suis déjà passé et je suis capable de refaire le trajet « à l'envers »

J'effectue le total des a) :

des b) :

des c) :

**Si les a) dominant, j'ai une préférence auditive ;
visuelle si les « b » dominant ;
kinesthésique si les c) dominant..**