findyourneurotype

ESEMPIO · dati fittizi

Report di esempio

Profilo di Apprendimento (VARK)

Questionario di autovalutazione

Preparato per	Data	Domande	Riferimento
Marco Rossi	**3 marzo 2026**	**16**	**00000026**

Indice

1 Il tuo risultato p. 2

2 Cosa dicono le tue risposte p. 3

3 Prossimi passi p. 4

4 Le tue risposte p. 5

Questo report è uno strumento di autovalutazione. Non costituisce una diagnosi medica o psicologica.

Il tuo risultato

9 / 16

Preferenza visiva (V)

9 risposte su 16 indicano questo stile

La maggior parte delle tue risposte va verso lo stile visivo: schemi, grafici, mappe, colori e disposizione nello spazio. È una preferenza, non un limite: puoi imparare anche in altri modi, e combinarne diversi di solito aiuta la memoria più che restare su uno solo.

Per stile

Numero di risposte per ogni stile.

Visivo	9
Uditivo	3
Lettura/Scrittura	2
Cinestetico	2

Cosa dicono le tue risposte

Scritto da Claude (Anthropic) a partire dalle tue risposte.

Grazie per aver dedicato tempo ed energia a questo percorso di autoconoscenza: comprendere come si preferisce apprendere è un gesto di cura verso se stessi, e i risultati che emergono da questo profilo possono offrire spunti preziosi per rendere lo studio e l'apprendimento quotidiano più naturali ed efficaci. È importante ricordare che non esiste un modo "giusto" o "sbagliato" di imparare: ogni persona ha una combinazione unica di canali sensoriali attraverso cui elabora meglio le informazioni, e riconoscere questa unicità è già un passo importante.

Dal questionario VARK emerge una netta preferenza per la modalità visiva, con un punteggio di 9 su 16 in questa categoria, seguito a distanza da quella auditiva (3), quella di lettura/scrittura (2) e quella cinestetica (2). Questo suggerisce che potresti trovare particolarmente utile ed efficace apprendere attraverso immagini, grafici, diagrammi, mappe concettuali e colori, più che attraverso spiegazioni verbali o testi scritti isolati. Le persone con questa tendenza spesso "vedono" le informazioni nella mente e traggono grande beneficio da rappresentazioni visive organizzate.

Sulla base di questo profilo, potresti provare a trasformare le informazioni che studi in schemi, mappe mentali o infografiche, usando colori diversi per categorie diverse: questo può aiutare la memorizzazione e la comprensione. Può essere utile anche guardare video, tutorial illustrati o presentazioni con elementi grafici quando affronti nuovi argomenti, oltre a evidenziare con codici colore i testi scritti per renderli più visivamente strutturati. Sperimentare con diagrammi di flusso per organizzare processi complessi potrebbe rivelarsi un altro strumento prezioso nel tuo percorso di apprendimento.

Ricorda che questo è uno strumento di screening pensato per offrire uno spunto di riflessione personale, non una valutazione clinica o una diagnosi definitiva. Se desideri approfondire il tuo stile di apprendimento o hai domande specifiche legate allo studio, al lavoro o allo sviluppo di strategie personalizzate, ti incoraggio con fiducia a consultare un professionista qualificato, come un pedagogista o uno psicologo dell'apprendimento: potrà accompagnarti con competenza verso un percorso ancora più su misura per te.

Prossimi passi

Scegline una o due. La regolarità conta più della durata.

Raccomandazione

Preferenza visiva (V)

Trasforma i tuoi appunti in mappe mentali, linee del tempo o diagrammi, poi ridisegnali a memoria per metterti alla prova. Aggiungi qualche parola o una spiegazione ad alta voce a ogni schema. Qualunque sia il tuo stile, metterti alla prova e distanziare i ripassi sono i due metodi con più evidenze.

Per andare oltre

Un insegnante, un tutor o uno specialista dell'apprendimento può aiutarti a provare vari metodi di studio e a tenere quelli che funzionano per te.

- Porta la pagina 2 (risultato per stile).
- Annota una o due materie o attività che ti sono costate fatica di recente.
- Prova a combinare più modi di imparare: uno schema, spiegare ad alta voce, un riassunto scritto, un esercizio.

Questo report descrive i modi di imparare che dici di preferire. Non misura l'intelligenza né la capacità di imparare. Gli studi non hanno mostrato che un insegnamento adattato a un solo stile preferito migliori l'apprendimento: combinare più modi di solito aiuta di più.

Le tue risposte

Ogni risposta e lo stile che indica: V visivo, A uditivo, R lettura/scrittura, K cinestesico.

#	Domanda	La tua risposta	Stile
1	Vuoi aiutare qualcuno a trovare un posto. Tu:	Scrivere le indicazioni	**R**
2	Un sito web contiene un video, un testo e un diagramma. Cosa guardi per primo?	Leggere il testo	**R**
3	Vuoi imparare a cucinare un nuovo piatto. Tu:	Leggere la ricetta	**R**
4	Hai ricevuto un nuovo gadget. Il tuo primo istinto:	Leggere il manuale di istruzioni	**R**
5	In una presentazione, su cosa ti concentri di più?	Gli appunti scritti	**R**
6	Quando devi ricordare un fatto importante, tu:	Scriverlo o leggerlo	**R**
7	In una riunione, sei più a tuo agio quando ci sono:	Ordini del giorno scritti	**R**
8	Vuoi capire come funziona qualcosa. Preferisci:	Leggere un articolo	**R**
9	Quando impari una nuova lingua, preferisci:	Leggere libri e grammatiche	**R**
10	Se dovessi spiegare un concetto complesso, tu:	Scrivere una spiegazione chiara	**R**
11	Nel tuo tempo libero, ti piace di più:	Leggere e scrivere	**R**
12	Quando devi prendere una decisione importante, preferisci:	Scrivere una lista di pro e contro	**R**
13	Quando ti annoi al lavoro o mentre studi, di solito:	Leggere o fare una lista	**R**
14	Quando ricevi feedback sul tuo lavoro, preferisci che sia:	Scritto - note in un documento	**R**
15	Quando studi per un esame, sei più propenso a:	Rileggere e riscrivere i punti chiave	**R**
16	Quando incontri un problema, per prima cosa:	Fare ricerche e leggere	**R**