findyourneurotype

EXEMPLO · dados fictícios

Relatório de exemplo

Perfil de Aprendizagem (VARK)

Questionário de autoavaliação

Preparado para	Data	Perguntas	Referência
Marco Rossi	**3 de março de 2026**	**16**	**00000026**

Índice

1 O seu resultado p. 2

2 O que dizem as suas respostas p. 3

3 Próximos passos p. 4

4 As suas respostas p. 5

Este relatório é uma ferramenta de autoavaliação. Não constitui um diagnóstico médico ou psicológico.

O seu resultado

9 / 16

Preferência visual (V)

9 de 16 respostas apontam para este estilo

A maioria das suas respostas aponta para o estilo visual: esquemas, gráficos, mapas, cores e organização no espaço. É uma preferência, não um limite: também pode aprender de outras formas, e combinar várias costuma ajudar mais a memória do que ficar só por uma.

Por estilo

Número de respostas para cada estilo.

Visual	9
Auditivo	3
Leitura/Escrita	2
Cinestésico	2

O que dizem as suas respostas

Redigido por Claude (Anthropic) a partir das suas respostas.

Que bom que você dedicou um tempo para refletir sobre a sua própria forma de aprender! Explorar o modo como absorvemos informações é um exercício valioso de autoconhecimento, e os resultados que você obteve trazem pistas interessantes sobre suas preferências. Antes de qualquer coisa, é importante lembrar que este é um instrumento de triagem informal, criado para gerar reflexão e autoconsciência, e não uma avaliação clínica ou diagnóstica. Ninguém aprende de uma única maneira o tempo todo, e essas categorias servem apenas como um ponto de partida para entender melhor suas tendências.

Com uma pontuação de 9 em 16, seu perfil aponta uma inclinação predominante para o estilo Visual, com diferenças notáveis em relação às demais categorias (Auditivo: 3, Leitura/Escrita: 2, Cinestésico: 2). Isso sugere que você provavelmente processa e retém informações com mais facilidade quando elas são apresentadas por meio de imagens, gráficos, diagramas, cores e organização espacial. Pessoas com essa preferência costumam se beneficiar de recursos visuais que traduzem conceitos abstratos em representações concretas, facilitando a compreensão e a memorização.

A partir dessa percepção, algumas estratégias podem enriquecer ainda mais o seu processo de aprendizagem. Experimente transformar anotações em mapas mentais, fluxogramas ou infográficos, já que essa organização visual tende a tornar o conteúdo mais claro e memorável. Vale também recorrer a vídeos, esquemas coloridos e ilustrações ao estudar temas novos, além de usar marcadores e cores para destacar informações importantes em textos. Outra sugestão interessante é, ao aprender algo novo, tentar visualizar mentalmente o conceito antes de escrevê-lo ou explicá-lo em voz alta — isso pode fortalecer ainda mais essa conexão natural que você parece ter com o campo visual.

Por fim, vale reforçar que esse resultado é apenas um retrato de preferências pessoais de aprendizagem, não uma classificação rígida ou definitiva. Se você perceber dificuldades específicas de concentração, memória ou organização no dia a dia, ou se surgirem dúvidas mais profundas sobre seu funcionamento cognitivo, conversar com um profissional qualificado — como um psicopedagogo, psicólogo ou neuropsicólogo — pode trazer orientações mais completas e individualizadas. Buscar apoio especializado é sempre um gesto de cuidado consigo mesmo, e há muitos caminhos possíveis para você continuar aprendendo com leveza e confiança.

Próximos passos

Escolha uma ou duas. A regularidade conta mais do que a duração.

Recomendação

Preferência visual (V)

Transforme os seus apontamentos em mapas mentais, cronologias ou fluxogramas e depois redesenhe-os de memória para se testar. Junte algumas palavras ou uma explicação em voz alta a cada esquema. Seja qual for o estilo, testar-se a si próprio e espaçar as revisões são os dois métodos com mais evidência.

Para ir mais longe

Um professor, um explicador ou um especialista em aprendizagem pode ajudar a experimentar vários métodos de estudo e a manter os que funcionam.

- Leve a página 2 (resultado por estilo).
- Anote uma ou duas matérias ou tarefas que lhe custaram recentemente.
- Experimente combinar várias formas de aprender: um esquema, explicar em voz alta, um resumo escrito, um exercício.

Este relatório descreve as formas de aprender que diz preferir. Não mede a inteligência nem a capacidade de aprender. Os estudos não mostraram que um ensino ajustado a um único estilo preferido melhore a aprendizagem: combinar várias formas costuma ajudar mais.

As suas respostas

Cada resposta e o estilo para que aponta: V visual, A auditivo, R leitura/escrita, K cinestésico.

#	Pergunta	A sua resposta	Estilo
1	Quer ajudar alguém a encontrar um lugar. O que faz?	Escrever as instruções do caminho	**R**
2	Um site tem vídeo, texto e diagrama. O que olha primeiro?	Ler o texto	**R**
3	Quer aprender a cozinhar um prato novo. O que faz?	Ler a receita	**R**
4	Recebeu um novo gadget. O seu primeiro instinto:	Ler o manual de instruções	**R**
5	Em uma apresentação, no que se concentra mais?	As anotações escritas	**R**
6	Quando precisa lembrar de um fato importante, o que faz?	Escrever ou ler	**R**
7	Em uma reunião, sente-se mais confortável quando há:	Pautas escritas	**R**
8	Quer entender como algo funciona. Prefere:	Ler um artigo	**R**
9	Ao aprender um novo idioma, prefere:	Ler livros e gramáticas	**R**
10	Se tivesse que explicar um conceito complexo, o que faria?	Escrever uma explicação clara	**R**
11	No seu tempo livre, gosta mais de:	Ler e escrever	**R**
12	Ao tomar uma decisão importante, prefere:	Escrever uma lista de prós e contras	**R**
13	Quando fica entediado/a no trabalho ou nos estudos, o que faz geralmente?	Ler ou fazer uma lista	**R**
14	Ao receber feedback sobre o seu trabalho, prefere que seja:	Escrito - anotações em um documento	**R**
15	Quando estuda para uma prova, costuma:	Reler e reescrever os pontos principais	**R**
16	Quando encontra um problema, o que faz primeiro?	Pesquisar e ler	**R**