

【多元智力类型的自我检测】

请在符合自己智能表现的项目序号上打“√”，然后统计每种智能类型的得分总数，在“符合项数”的横线上记下项数。

1.语言智能：有关阅读、说话、写作等的能力

符合项数：_____

- (1) 我的写作能力比同龄人更好一些。
- (2) 我常讲故事给别人听。
- (3) 大家都爱听我说笑话。
- (4) 我很快就能记住人名、地点、日期和发生的事情。
- (5) 我喜欢玩文字接龙、猜谜游戏或填字游戏。
- (6) 我喜欢读书。
- (7) 我不会写错字。
- (8) 我喜欢绕口令、俏皮话、双关语和儿歌等。
- (9) 我爱听故事、相声或广播节目。
- (10) 我所用的说话词语，超过同龄人。
- (11) 我很会用语言和别人沟通。
- (12) 我很会编故事。
- (13) 我写过一些文章，能得到他人的注意和赞赏，这使我很自豪。
- (14) 我能说服别人同意我的想法。
- (15) 在学校，语文、历史对我来说比数理化容易。

2.逻辑数学智能：有关自然科学、数学的能力

符合项数：_____

- (1) 我常问一些关于做事程序或怎么做的问题。
- (2) 我的心算能力很好。
- (3) 我喜欢数学课或自然课。
- (4) 我对数学游戏或电脑感兴趣。
- (5) 我爱玩象棋或其他策略游戏。
- (6) 我喜欢做一些逻辑推理或智力挑战的难题。
- (7) 我喜欢把事物分类或分等级。
- (8) 我喜欢做高难度的实验或过程复杂的思考。
- (9) 我比同龄人更会进行抽象的思考。
- (10) 我比同龄人更了解事物的因果关系。
- (11) 我常喜欢对事物提出假设，再想办法证明对不对。
- (12) 我喜欢玩与逻辑有关的游戏或智力测验。
- (13) 我对被测量、归类、分析、确定过的事物比较容易相信。
- (14) 我喜欢寻找事物的规律、形式及逻辑顺序。
- (15) 我崇拜很多科学家。

3.视觉空间智能：有关美术、劳作、雕塑的能力

符合项数：_____

- (1) 当我闭上眼睛时，我可以在脑子里想象出清晰的影像。
- (2) 我喜欢看有很多图解的阅读材料。

- (3) 我喜欢图画、劳作或雕塑。
 - (4) 在美术的学习上，我比同龄人表现得更好。
 - (5) 我爱看电影。
 - (6) 我喜欢玩拼图、走迷宫。
 - (7) 我喜欢玩积木或有趣的立体模型。
 - (8) 我爱看美术作品。
 - (9) 我喜欢随手涂画，拿笔画画。
 - (10) 我常用照相机或录像机拍下我周围的事物。
 - (11) 我能在脑子里想象各种可能的新事物。
 - (12) 在学校，集合对我来说比代数容易。
 - (13) 我认识道路的能力很棒，即使在陌生的地方也很容易找到路。
 - (14) 我能用简单的图，说明去某一个地点要怎么走。
 - (15) 我能适当地搭配颜色，让人觉得好看。
4. 身体运动智能：有关运动、舞蹈、戏剧、操作的能力

符合项数: _____

- (1) 我能用脸部表情和身体动作代替说话，表达我的想法。
 - (2) 我喜欢参加体育活动，或进行体育练习。
 - (3) 我坐不了多久，就想起来活动。
 - (4) 我喜欢缝纫、编织、雕刻、木工活做模型等需要动手的活动。
 - (5) 我喜欢拆开物品或组装物品。
 - (6) 我学习新事物时，常利用触摸、操作的方法。
 - (7) 我喜欢跳舞。
 - (8) 我喜欢演戏。
 - (9) 我的动作比同龄人更协调。
 - (10) 我的身体协调能力比同龄人更好。
 - (11) 我喜欢不断练习，让自己跑得快、跳得高。
 - (12) 动手做能让我学得更快、更好。
 - (13) 我最好的想法常出现在我走路、跑步或做一些肢体活动时。
 - (14) 我喜欢在户外活动。
 - (15) 我与人谈话时，常用手势或肢体语言。
5. 音乐智能：有关唱歌、演奏、填词、作曲的能力

符合项数: _____

- (1) 我能听出别人唱歌唱得不准。
- (2) 我的歌声很好听。
- (3) 如果我听一曲音乐一遍到两遍，一般能准确地唱出来。
- (4) 我会弹奏一种乐器。
- (5) 我参加音乐团体，如交响乐团、合唱团等。
- (6) 我能跟着音乐，拍打正确的节奏。
- (7) 我喜欢听音乐。
- (8) 我走路的时候，脑子里自然出现某种我熟悉的旋律。
- (9) 我喜欢自编旋律。
- (10) 我喜欢改变歌词。

- (11) 我能辨别不同音乐所表达的情绪。
 - (12) 我经常在写作业或走路的时候，呼唱熟悉的曲子。
 - (13) 我对生活环境中的声音很敏感。
 - (14) 如果没有音乐，我的生活会很无聊。
 - (15) 我知道很多歌曲和乐曲的旋律。
- 6.人际交往智能: 有关了解别人、与人相处、交朋友的能力

符合项数: _____

- (1) 我常带领一些同学一起玩游戏。
 - (2) 我喜欢和别人一起运动，例如打篮球、打羽毛球、打排球。
 - (3) 我会给碰到问题的朋友提出意见。
 - (4) 我有两三个最要好的朋友。
 - (5) 我喜欢教别人学习新事物。
 - (6) 我周围的人都很愿意向我征求意见或建议。
 - (7) 我能从脸部表情觉察别人是不是喜欢我。
 - (8) 我能从声音觉察别人是不是喜欢我。
 - (9) 我能从身体或手的动作，判断别人是不是在攻击我。
 - (10) 当我碰到问题时，我愿意先主动找别人帮忙而不先试图自己解决。
 - (11) 我会关心别人的心情好不好。
 - (12) 当别人反对我时，我会考虑他为什么会这样做。
 - (13) 我在人群中感到很舒服。
 - (14) 我喜欢参加单位、社区的社会活动。
 - (15) 我愿意晚上参加聚会而不愿一个人呆在家里。
- 7.内省智能:有关沉思、反省、了解自己的能力

符合项数: _____

- (1) 我常常静下心来，想一想自己所遇到的问题。
- (2) 我可以一个人独自玩耍或学习。
- (3) 我从各种反馈渠道中，清楚了解我的优缺点。
- (4) 我喜欢独自工作，而不是和别人合作。
- (5) 我清楚地知道自己喜欢什么，不喜欢什么。
- (6) 我能觉察到自己快要发脾气了。
- (7) 我清楚地了解自己的兴趣和嗜好。
- (8) 我能正确说出自己的感觉。
- (9) 我不做自己完成不了的事。
- (10)我按照自己的标准完成工作。
- (11) 我确信自己是一个有价值的人。
- (12) 我的个性独立、意志坚强、不依赖别人。
- (13) 我每天都记日记或静静地反省自己做过的。
- (14) 我喜欢接近大自然，不喜欢热闹的人群。
- (15) 我经常思考我的重要人生目标。

计分与解释:

比较你在以上七类智力类型上符合你实际情况的项数，其中符合项数最多的为你最为擅长和突出的智力类型，也即你智能的优势所在，相反，符合项目最少的智力类型则意味着你

最不擅长，也即你的智能弱势所在。根据你的优势智能，你可以从表 1 中查找对应的个性化的学习方式和学习方法，以便自己在学习过程中更加有效地利用你的智能优势。同时，针对你的智能弱势所在，你也可以在日常的学习、工作、生活中，有意识地增加从事该类智力活动的机会，从而使之得到锻炼和提高。

表 1 不同智能类型对应的典型学习方式和方法

智能类型	个性学习方式	有效的学习方法
语言智能	你喜欢语言文字以及进行阅读、写作和谈话活动，也就是喜欢有关文字的游戏、讲故事、拼写、写作或阅读	阅读材料、录音带、写作工具、跟人对话、与人讨论、与人辩论及讲故事等
逻辑数学智能	你喜欢做计算，理解数字和数学概念，喜欢寻找模式，对科学感兴趣。你可能喜欢解密、出谜、解难题、计算机、编创自己的密码或做科学实验	探索、思考事物及科学资料，动手操作实践，参观博物馆、天文馆、动物园、植物园等科学方面的社教机构
视觉空间智能	你喜欢观察周围世界，寻找其中有趣的图形，也许你能在头脑中想象各种事物，也许你还能通过艺术、设计、照相、建筑或发明把你所看到的和你所想象的显示给别人	积木、录像带、幻灯片、想象游戏、视觉游戏、图画书或参观美展、画廊等艺术方面的社教机构
肢体动作智能	你身体健美，运动自如，会利用身体来学习新的技能，或利用身体来表达自己的各种情绪。你可能是个运动员，或者善于艺术舞蹈或艺术表演。也许你对做手势更感兴趣，喜欢参加手工艺制作模型或修理器具的活动	演戏、动手操作、建造成品、体育和肢体游戏、触觉经验等
音乐智能	欣赏声音中的音乐、韵律、旋律和模式。你能分辨音调和音高。你可能欣赏各种不同的音乐，喜欢参加类似唱歌、弹奏乐器、听 CD 或音乐会之类的活动	乐器、音乐磁带、CD、听音乐会、弹奏乐器等
人际交往智能	你对人以及人们如何打交道感兴趣。你可能已经是学生会干部的一员。也许你已经有了许多朋友，已参与社区活动或参加了临时的社会团体	小组作业、朋友、群体游戏、社交聚会、社团活动、社区参与等
内省智能	你了解、理解自己的感情、自己的擅长以及有待改进的领域。你对自己的了解经常比别人对你的了解更准确。很可能你还记日记、为将来作计划、反省过去或设置目标	相对僻静的处所、独处的时间及自我选择。