

学习方式调查问卷

帮助你评估并发现自己的学习方式

Andrew D. Cohen、 Rebecca L. Oxford 及 Julie C. Chi 编著

学习方法调查问卷是一种较全面的评估学习方法的调查表。虽然它并非能够完全预测你在每一种景况下的所有行为，但它却能够帮助你清楚的发现自己的学习风格。在每一项当中，圈出那些能够代表自己学习风格的答案，完成所有的选项。在思考这些问题的同时，请尝试思考并给出较能够代表普遍性的答案。通常需花三十分钟来做这些问卷。在每一项中，都不必花过多的时间—最好是选择你的第一感觉，然后再继续下一个问题。

在每一个问题右边，圈上你的选择答案：

0 = 从没有

1 = 很少

2 = 有时

3 = 常常

4 = 总是

第一部分：如何使用我的感官

- | | | | | | |
|-----------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1. 如果我作下笔录，我的记忆会更深。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2. 在课堂上，我往往能够记录下详细的笔记。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3. 当我聆听的时候，脑海中会自然的呈现出图画，数字，或一些词汇。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4. 我更喜爱使用电视或录影机来作为学习的媒体。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5. 在我学习的过程中，我喜欢使用颜色来做标记。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6. 对于工作任务，我常常都需要书写的说明或指引。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7. 在别人说话的时候，我需要看着他们，才可以明白他们所说的。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8. 如果教授在讲课时写下笔记，可以帮助我更好的理解。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9. 当人说话时，若用图表，地图等图示，能够帮助我更好的理解。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10. 我常常能够记住他人的面孔，却忘记他们的名字。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

A. 总数_____

- | | | | | | |
|-------------------------------|---|---|---|---|---|
| 11. 如果能够与他人讨论并探讨，我的记忆会更深刻。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12. 在我学习的时候，我更喜欢听讲座或演讲，而并非读书。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13. 对于工作任务，我往往都需要口头的指引或说明。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14. 背景声音可以帮助我思考。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15. 我喜欢一边工作或学习，一边听音乐。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16. 即使我无法看见说话的人，我也能够听明白他所说的。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17. 我常常能够记住他人的名字，却总是忘记他们的面孔。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18. 我很容易就能够记住别人讲的笑话。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19. 只听声音，我就可以辨认出说话的人。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

(例如，讲电话的时候)

- | | | | | | |
|-----------------------------|---|---|---|---|---|
| 20. 看电视时，我往往更多的是听声音，而并非看图象。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
|-----------------------------|---|---|---|---|---|

B. 总数_____

- | | | | | | |
|---------------------------------|---|---|---|---|---|
| 21. 我宁愿先做事，而不愿更多的注意那些指令或引导。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 22. 在我学习或工作的间隙，常常需要频繁的休息。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 23. 我常常喜欢一边学习或阅读，一边吃东西。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 24. 倘若我有选择的机会（坐着或站着），我往往喜欢站着学习。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 25. 如果坐的时间过长，我会感到紧张。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 26. 倘若我能够一边思考，一边不停的走动，这样效果会更好。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

(例如：来回的走动或者脚不停的颤动)

- | | | | | | |
|-------------------------------|---|---|---|---|---|
| 27. 在听课的时候，我往往喜欢啃噬或把玩笔头。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 28. 若手中把弄一些东西，较容易帮助我记住别人所说的话。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 29. 在说话的时候，通常手也会随之摆动。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 30. 在听课时，我喜欢在笔记本上涂涂画画（胡写乱画）。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

C. 总数_____

第二部分：如何使自己很快融入学习的环境

- | | | | | | |
|--------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1. 我若能够与他人一起学习或工做，这样学习的效果会更好。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2. 我能够很快与生人搭上话。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3. 我若在教室与多人一起学习上课，其效果会比与私人的辅导老师学习更好。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4. 对我来说，认识生人是一件极其容易的事情。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5. 对我而言，若与许多人说话，会使我精力充沛。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6. 我会先尝试，然后才体会和理解。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

A. 总数_____

- | | | | | | |
|-----------------------------|---|---|---|---|---|
| 7. 我的内心世界往往是充满活力（内在的思考）。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8. 我个人较喜欢一对一的游戏和活动。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9. 我有一些个人的爱好和兴趣，并且我能够专注于其中。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10. 在群体工作结束之后，我会感到精疲力竭。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

0 = 从没有

1 = 很少

2 = 有时

3 = 常常

4 = 总是

11. 当我在一个群体中，我往往会保持安静，只是聆听。 0 1 2 3 4
12. 我希望我能够先完全明白、理解一个新事物，然后再去尝试。 0 1 2 3 4

B. 总数_____

第三部分：我如何能够发掘新事物、并从中找出可能性

1. 我具有创造性的想象和思维能力。 0 1 2 3 4
2. 对于周遭发生的事情，我喜欢尝试思考多种不同的原因和可能性。 0 1 2 3 4
3. 我喜欢事先仔细、认真的做计划。 0 1 2 3 4
4. 我更喜欢自己来发掘、认识新事物，而不喜欢他人向我解释。 0 1 2 3 4
5. 在课堂讨论的时候，我常常會提出自己独特的见解。 0 1 2 3 4
6. 我很乐意接受从伙伴而来的新见解。 0 1 2 3 4

A. 总数_____

7. 我会很容易的专注于事物的本身，而不会去思考导致该事件发生的原因。 0 1 2 3 4
8. 在使用一些器械之前，我会阅读说明书（例如：电脑，数码摄影机） 0 1 2 3 4
9. 我更愿意相信那些确定的事实，而并非那些新颖的想法。 0 1 2 3 4
10. 我喜欢看到事物能够逐步地、有序地呈现。 0 1 2 3 4
11. 如果我的同学改变了我们最初的项目计划，我会不喜欢这种做法。 0 1 2 3 4
12. 我会很认真的遵循引导、指示。 0 1 2 3 4

B. 总数_____

第四部分：我如何处理模糊不清的概念，如何看待工作、学习中的有效期限

1. 我习惯于仔细、认真的做语言学习计划，并且准时或较早的开始课程。 0 1 2 3 4
2. 我喜欢有序的整理笔记以及学校的教学材料。 0 1 2 3 4
3. 我喜欢预先确知在所学的目标语言中，不同事物的含意到底是什么。 0 1 2 3 4
4. 我想知道这些理论到底是怎样应用的，为何会如此运用。 0 1 2 3 4

A. 总数_____

5. 假若我同时参与了其他的事物，我会延期我正在做的事。 0 1 2 3 4

0 = 从没有

1 = 很少

2 = 有时

3 = 常常

4 = 总是

- | | | | | | |
|--------------------------|---|---|---|---|---|
| 6. 我喜欢将东西堆在桌上，直到最后才进行整理。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7. 我不急于理解每一样事物。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8. 我认为无需对一个议题很快的就作出结论。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

B. 总数_____

第五部分：我是如何来接收信息

- | | | | | | |
|-----------------------------------|---|---|---|---|---|
| 1. 我更喜欢简明扼要的回答，而不喜欢冗长的解释。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2. 我通常不予考虑那些与主题不相关的细节。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3. 若能够先纵览一下总体的计划或一幅大的图画，对我会非常有帮助。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4. 对我而言，若能够获取一个整体的概念，就已经足够了。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5. 在我讲一个古老的故事时，我往往会略去很多细节。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

A. 总数_____

- | | | | | | |
|-------------------------------------|---|---|---|---|---|
| 6. 我需要有非常具体的例子来帮助我完全的理解一个事物或概念。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7. 我会非常认真的注意具体的事例或信息。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8. 一旦我听到一些短语或词句，就能够很快的掌握。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9. 我非常喜欢做那种听写填空练习。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10. 在我讲笑话的时候，我往往会记住那些细节，却忘了其中关键的妙语。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

B. 总数_____

第六部分：我如何能够继续处理接收的信息

- | | | | | | |
|-----------------------------|---|---|---|---|---|
| 1. 我能够很容易的总结出信息的中心点。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2. 我能够很快的释义出他人所说的内容。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3. 若总结大纲，我会首先想到其中的要点。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4. 当需要动脑筋、想办法的时候，我感到特别的享受。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5. 透过思想整个事件，可以很容易的帮助我理解一个人。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

A. 总数_____

- | | | | | | |
|---------------------------------|---|---|---|---|---|
| 6. 我如果没有掌握每一个词，就很难理解整个意思。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7. 要是让我讲一个故事或是解释一个事物，往往会花很长的时间。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8. 我喜欢注意那些语法规则。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9. 我很擅长解开棘手的难题或谜。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10. 在我所担负的任务中，我往往能够注意到最小的细节。 | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

0 = 从没有

1 = 很少

2 = 有时

3 = 常常

4 = 总是

B. 总数_____

第七部分：我如何能够将新知识转化成为自己的记忆

1. 在学习的过程中，我尽力尝试注意那些新资讯中的特征。 0 1 2 3 4
2. 在记忆多种多样的词汇之后，我能够快速就在脑海中回想并搜索出它们来—这就好象是我已将它们分别储存在大脑不同的记忆库中。 0 1 2 3 4
3. 在我学习目标语言的一些新内容时，我甚至可以对语音，语法结构，词和短语进行清楚的区分。 0 1 2 3 4

A. 总数_____

4. 在学习新信息的同时，为了减少差别，避免产生更多的麻烦，我往往喜欢收集那些容易、简单的数据。 0 1 2 3 4
5. 我往往有意忽略词汇差别，这样会使我在一个场景中想要表达的内容更加清楚和正确。 0 1 2 3 4
6. 相似数据、信息的记忆，会导致我的大脑混乱；致使我将早期的经验与新的经历相混淆。 0 1 2 3 4

B. 总数_____

第八部分：我如何应用语言规则

1. 在学习目标语言的过程中，我喜欢从总体的句型模式过渡到具体的应用。 0 1 2 3 4
2. 我喜欢开始于规则和理论，而并非具体的应用。 0 1 2 3 4
3. 我喜欢开始于普遍性的规则，然后再找寻那些与普遍性规则相关的例子。 0 1 2 3 4

A. 总数_____

4. 我喜欢间接的学习语言规则，通常是透过运用语法结构，以及其他语言特征。 0 1 2 3 4
5. 我并不介意是否能听到那些规则，因为我也记不住。 0 1 2 3 4
6. 我理解或学习语言规则的方法，就是基于我反复、多次的看到语言的组成模式。 0 1 2 3 4

B. 总数_____

0 = 从没有

1 = 很少

2 = 有时

3 = 常常

4 = 总是

第九部分：我如何看待多重的见解

1. 即使存在一些令人分心的信息，我也可以在一个语境下分辨出
相关和重要的信息。 0 1 2 3 4
2. 在运用目标语言来说话或写字时，我会非常确定所有的语法结
构是协调一致的。 0 1 2 3 4
3. 我不单单只是注意语法，而且也核对形式和说话的礼仪是否恰
当、合宜。 0 1 2 3 4

A. 总数_____

4. 无论是说话或写作，我若专注于语法，就会失去对信息本身的
注意。 0 1 2 3 4
5. 对于我而言，若同时注意几件事，是一个很大的挑战！即注意
口头的交流或写作，同时又专注于语法的一致（例如：人称，
数，时态，或性） 0 1 2 3 4
6. 在目标语言中，如果使用较长的句子，我会分心并且会忽略语
法的使用。 0 1 2 3 4

B. 总数_____

第十部分：我的语言反应如何

1. 当面对各种不同的语言环境时，我的反应非常快。 0 1 2 3 4
2. 在运用目标语言的时候，我通常是靠直觉。 0 1 2 3 4
3. 我会很快就进入语言练习，试试看会怎样，然后再进行改正。 0 1 2 3 4

A. 总数_____

4. 在说和写之前，我通常都需要先思考。 0 1 2 3 4
5. 在决定说和写目标语言之前，我喜欢先观察和思考，然后再开
始运用。 0 1 2 3 4
6. 我通常喜欢在大脑中先搜索一些目标语言的句法结构，再尝试
将其应用在我要表达的句子中。 0 1 2 3 4

B. 总数_____

0 = 从没有

1 = 很少

2 = 有时

3 = 常常

4 = 总是

第十一部分：我如何透过运用比喻的修辞手法来掌握知识

1. 我发现若在我的头脑中积累一些比喻的修辞手法，这会帮助我更好的运用语言（例如：视语言为一部机器，各个组成部分可以被分解）。 0 1 2 3 4
2. 我通常是透过学习比喻的修辞手法，或联想式的思维来学习语言的，我也发现了故事和实例可以帮助我学习。 0 1 2 3 4

A. 总数_____

3. 我通常只学习语言字面本身的含义，而一般不涉及记忆或运用比喻的修辞手法。 0 1 2 3 4
4. 在学习、记忆过程中，我通常只考虑字面含义；因此，我较喜欢那些不含任何隐晦词义的语言教材，那些能够直接表达其含义的书面教材。 0 1 2 3 4

B. 总数_____

0 = 从没有

1 = 很少

2 = 有时

3 = 常常

4 = 总是

理解你的得分

一旦你算出了总分，在下面的空格写下得分，在每一部分圈出较高的得分（如果出现得分相近的现象，那么都圈出来。）从下面的解释中了解你的学习风格。

第一部分：

- A 视觉型
B 听觉型
C 触觉型/知觉型

第二部分：

- A 外向型
B 内向型

第三部分：

- A 出于本能的
B 具体的-有序的

第四部分：

- A 封闭型
B 开放型

第五部分：

- A 整体/总结型
B 具体描述型

第六部分：

- A 综合型
B 分析型

第七部分：

- A 分类型
B 总结型

第八部分：

- A 推论、演绎型
B 归纳型

第九部分：

- A 专注型
B 完全型

第十部分：

- A 冲动型
B 深思熟虑型

第十一部分：

- A 善用比喻型
B 善用实义型

注释：在阅读下一部分之前，希望大家一定要理解这一点：调查问卷对于你个人的学习风格或方式只是一个总体的描述。它并不代表你每一次的表现都会一样，但能够在你的学习过程中给你一些提醒。要知道，在一些学习环境中，你也许有一套学习方法，但在另外一种环境中又有其他的学习方式。而且，每一种学习风格都存在有它的优势和劣势。

例如在感官的学习风格当中有（视觉，听觉，触觉），你也许较喜欢其中的两种，也或许三种都喜欢（也既是说，你在该类型当中总分达到五分），这就表明，你在语言课上，会享受丰富多样的课堂活动。尽管其他的类型都存在对立的两方面，若有相对同样高的积分也是可能的，这也意味着你的学习方法中不存在优先次序。这里有三个例子：在内向型—外向型兼备的情况下，表明你即能与他人很好的合作，也能够自己独立的完成任务；在开放型—封闭型兼备的情况下，表明你即享受自由的工作方式，又能柔韧有余的在计划内完成任务；在整体型—具体描述型兼备的状况下，表明你无论处理总体或细节的事物，都得心应手。

0 = 从没有

1 = 很少

2 = 有时

3 = 常常

4 = 总是

第一部分：我如何使用五种感官

如果你是属于视觉型，而并非听觉型，那就意味着你更多依靠的是视觉，通常透过眼睛观察、看（书，录像，图表，图画）作为途径，会有最佳的学习效果。如果你趋向于听觉型，那就说明你更喜欢听和说的学习模式（讨论，讲课，听录音，角色扮演）。假若你感知的优先次序是触觉/知觉，你会更多的从活动式的学习方式中受益（游戏，垒积木，做实验）。

第二部分：如何使自己很快融入学习的环境

如果在此调查结果中，你更偏向于外向型，你也许更享受广范围的社交活动，互动式的学习任务（游戏，会话，讨论，辩论，角色扮演，模拟）。假若你更偏向于内向型，那么你也许更喜欢独立的工作（独自的学习或阅读，或通过电脑学习）或许与另外一位你极为熟悉的朋友一起。

第三部分：我如何能够发掘新事物、并从中找出可能性

假若你的得分更接近直觉型，那么可以说你更喜欢展望未来，喜欢推测、构想可能性，享受抽象思维，却不喜欢逐步的被引导。但假若你的学习风格属于稳固且有序型的，那么可以说你更趋向于当前式的学习风格，更喜欢循序渐进的学习，并且在学习的进程中想要知道每一个细节。

第四部分：我是怎样面对学习任务的

如果你属于封闭型，亦既趋向于循规蹈矩的学习模式，可能更多的将注意力投入学习任务，努力在有效期限内完成，预期计划课业，而且想要具体的引导。如果你更趋向于开放型/随意型，你会很享受发掘式的学习（很自然的获取信息）而且较喜欢轻松的方式，享受你的学习并无需顾及到底规则和时限是怎样。

第五部分：我是如何接收信息的

假若你更偏向于整体型的学习者，获取知识的要点和要意会令你很享受，并且会很自信的与人交流，即使你不知道所有的词和概念。如果你属于具体型的学习者，你会更多的将注意力集中于具体的细节上，并且能够记住主题中的具体信息。

第六部分：我如何能够进一步处理接收到的信息

如果你是综合型的人，你很会做总结，享受猜测词意以及能够臆测结果，并且能够迅速的发觉相似点。假若你是属于分析型的人，你能够将思想、概念有序的进行拆分，并且做逻辑分析，将任务进行对比，而且你更趋向于语法规则的分析。

第七部分：我如何能够将新知识转化成为自己的记忆

如果你是属于分类型，会很敏捷的发觉差异，并且在记忆的过程中试图发现彼此之间的差别。你喜欢区分微妙的差异，并且能够将早期记忆中的经历与现时的经历进行区分。因着你能将信息在大脑中进行区分的记忆存储，因此能够很容易的在大脑中搜索到这些已存储的信息。在语音，语法结构，和语言的组成部分（词汇和短语）中，你喜欢作精确的区分。但假若你是属于总结型，为了记忆而将所有的资料进行堆积，以此来缩减彼此之间的差异，而且更多的将注意力集中于语言的相似性。而这样一来，更容易导致相似记忆的混淆，而且也很容易将新的信息与早期的相混合。如果你考虑的是内容的精确度，那么分类型更适合。若你在乎的是便利，那也许运用总结模式会成为交流的主要途径。

第八部分：我如何应用语言规则

假若你更趋向于推论或演绎型的学习者，你会喜欢从普遍性进入具体话，亦即是将普遍性的规则应用到具体的实例中，往往总是开始于规则和理论，而并非具体的实例。但如果你是属于归纳式的学习者，你通常会喜欢从具体化过渡到概括性、普遍性，并且喜欢以具体的实例为开始，却不是规则和理论。

第九部分：我如何看待多重的见解

如果在学习风格上你是属于专注型，既或是在注意力不集中的情况下，你也能够从特定的语境中区分或摘录信息。然而，你也或许缺乏对整个信息认识的熟练度。你若是完全型学习者，处理信息会更全面或者说是处于“完全形态”。逐渐地，从特定的语境中区分或摘录信息，会使你经历到更多的难处。最好在处理信息时，没有任何的搅扰。

第十部分：我的语言反应如何

你若属于冲动型的学习者，往往会在没有任何思考的情况下，迅速的作出行动和言语上的反应。该种人，通常是行动超前于思维。但深思熟虑型的人，通常会先思考、斟酌，再付诸行动；而且，不会相信你的勇气。而冲动型的人，往往行动先于思想。

第十一部分：我如何透过运用比喻的修辞手法来掌握知识

对于擅长理解喻意的学习者而言，如果能够在头脑中先构思，你会达到事半功倍的果效；例如，语法系统，比喻结构。借着发展和应用延伸的比喻，会使语境更加易懂（例如：在大脑中想象目标语言的语法系统，可以将此进行组合，也可以进行分解。倘若一个学习者擅长理解字面或原意，那么相对而言，你较喜欢学习那些具有字面、表面含义的信息，若语言信息是处于表面化，你更喜欢学习。

0 = 从没有

1 = 很少

2 = 有时

3 = 常常

4 = 总是

给予学习者的一点提示

在学习和工作中，这每一种学习风格都有它独特的优点，了解并掌握你自己的特点来使用这些能够帮助你出色的发挥自己的才能。而且，有意识的发展所欠缺的学习风格，以此来增强自己的学习和工作能力。看似与你自己学习风格不一致的那些任务，反而会帮助你超越自己的舒适范围，并且扩展你在学习和工作中的潜力。

例如，倘若你是一个典型的整体型学习者，为了能够更有效的学习，可能需要学习将更多的注意力投入在细节上。如果你是一个极其突出的具体型学习者，你也许遗漏了一些有价值且全面的特征，例如快速掌握中心思想。你也可以透过反复的练习来自己发展这一特质。在尝试新方法的同时，你不会失去原有的能力。你会发展自己的另一面，而这一新的发展，可以帮助你有效的进行语言的学习。

如果你不确定如何尝试超越你能力范围之外的新方法，并且超越了自己最喜欢、习惯的方法，那么就请教你的同事，朋友，或老师来帮助你。与那些跟你学习风格不同的人来一同探讨，看他是如何做的。透过超越自我的方式来发展你所不具备的风格或方法，以此来改变你的学习或工作境遇。