



Test : déterminer la mémoire dominante de votre enfant

Les trois types de mémoire sont :

- La mémoire **visuelle** (*mémoire V*) : on retient les informations à l'aide de la vue.
- La mémoire **auditive** (*mémoire A*) : on retient les informations à l'aide de l'ouïe.
- Mémoire **kinesthésique** (*mémoire K*) : on retient les informations en étant en mouvement.

Pour chacune des vingt-et-une questions suivantes, demandez à votre enfant de répondre par « *Oui* » ou par « *Non* » :

Question 1	Avec un bandeau sur les yeux, je sais facilement reconnaître les objets (mémoire K)	
Question 2	Il m'arrive souvent de parler seul (mémoire A)	
Question 3	J'ai tendance à saisir le bras des gens avec qui je parle (mémoire K)	
Question 4	J'apprends facilement les paroles des chansons quelle que soit la langue (mémoire A)	
Question 5	J'apprends facilement à partir des photographies et des dessins (mémoire V)	
Question 6	J'aime écouter des émissions de radio (mémoire A)	
Question 7	J'aime les travaux manuels, construire des choses (mémoire K)	
Question 8	Je cherche à haute voix la solution à un problème mathématique (mémoire A)	
Question 9	Je tiens un journal intime (mémoire V)	
Question 10	Je préfère en parler à mes amis (mémoire A)	
Question 11	Je m'exprime beaucoup par gestes (mémoire K)	
Question 12	Je parle à mon chien ou à mon chat (mémoire A)	
Question 13	Je préfère lire les consignes que les écouter (mémoire V)	
Question 14	Je préfère voir mes amis à l'extérieur que de discuter avec eux sur des réseaux sociaux ou sur mon téléphone portable (mémoire K)	
Question 15	Je révise un contrôle en faisant des "fiches résumé" (mémoire V)	
Question 16	On me dit souvent que je parle trop (mémoire A)	
Question 17	Pour me souvenir du nom de quelqu'un, je revois son visage (mémoire V)	
Question 18	Pour bien apprendre mes leçons, je dois les répéter plusieurs fois à l'oral (mémoire A)	
Question 19	Quand il y a de la musique, je ne peux pas m'empêcher de battre la mesure (mémoire K)	
Question 20	Je préfère regarder la télévision plutôt que de lire une Bande Dessinée (mémoire V)	
Question 21	J'apprends mieux mes leçons en bougeant (mémoire K)	

Vous voici à la fin des vingt-et-une questions !

Faites le total des questions pour lesquelles votre enfant a répondu "Oui" , pour **chacun des trois types de mémoire**.

- Score mémoire **auditive** (A) = ...
- Score mémoire **visuelle** (V) = ...
- Score mémoire **kinesthésique** (K) = ...

Connaitre son type de mémoire dominante va permettre à votre enfant, et tout particulièrement à votre adolescent, qui devient **autonome dans son apprentissage**, à **comprendre son mode de fonctionnement**.

Vous pouvez en savoir plus en lisant mon article : [Quelle est la mémoire dominante de votre enfant : le test](#)

Vous pouvez également retrouver des conseils et des informations pour mieux comprendre et communiquer avec votre adolescent, sur mon blog www.adolescence-positive.com

Vous pourrez télécharger mon e-book "*Les trois leviers pour améliorer les relations avec votre adolescent – Une approche scientifique des styles éducatifs parentaux*", en vous abonnant à ma newsletter.

Vous pouvez également me suivre sur ma page FaceBook : www.facebook.com/adolescencepositive

Bien à vous,

Carole YVEL.