**TEST SMYSLOVÉHO VNÍMÁNÍ**

Jde o volně dostupný test, který pomůže určit, jaký typ smyslového vnímání u Vás převažuje.
Tento poznatek můžeme následně úspěšně uplatnit při volbě vhodného koučovacího nástroje.

**Zadání**:

Na následujících stránkách máte popsáno 15 různých situací – ze čtveřice možných reakcí na každou z nich zatrhněte tu, která Vás nejlépe vystihuje (ve Wordu využijte připravená zaškrtávací pole).

Stačí vybrat vždy jen jednu, případně dvě možnosti, pokud se nedokážete rozhodnout.

**1. Čeho si nejdříve všimnete / co Vás napadne, když se ráno v posteli probudíte?**

[ ]  Zvuku Vašeho budíku nebo rádia.

[ ]  Světla, probleskujícího do místnosti oknem.

[ ]  Co Vás všechno ten den čeká.

[ ]  Že budete muset brzy opustit teplé místečko pod peřinou.

**2. Jste na dovolené u moře a jdete ráno po pláži. Vnímáte nejvíce:**

[ ]  Příboj vln a křik racků.

[ ]  Vůni slaného vzduchu a vánek prosycený mořskou vodou.

[ ]  Užíváte si plně okamžik, kdy se jen tak procházíte.

[ ]  Obdivujete pobřeží a lodě v přístavu.

**3. Po cestě autobusem nejspíše:**

[ ]  Pozorujete spolucestující kolem sebe.

[ ]  Čtete si nebo si jen tak pro sebe přemýšlíte.

[ ]  Říkáte si, že je v takových autobusech většinou špatný vzduch / klimatizace.

[ ]  Posloucháte rozhovory lidí kolem Vás.

**4. Při večeři v restauraci Vás kromě dobrého jídla nadchne ještě:**

[ ]  Příjemná hudba.

[ ]  Pěkně upravený stůl a dekorace místnosti.

[ ]  Pohodlné židle.

[ ]  Často se měnící / kreativní jídelníček a překvapení šéfkuchaře.

**5. Na nákupech v supermarketu nejvíce nesnášíte:**

[ ]  Nejasně označené ceny nebo špatně komunikované slevy a akce.

[ ]  Vnucování ochutnávek a ankety spotřebitelů.

[ ]  Přestěhování výrobků na jiná místa, než jste zvyklí.

[ ]  Nemožnost sehnat prodavače, když ho zrovna potřebujete.

**6. Vstoupili jste do starého kostela. Nejvíce Vás upoutá:**

[ ]  Vůně kadidla.

[ ]  Přítmí, ve kterém rozeznáváte jen obrysy zařízení a osob.

[ ]  Ticho a klid.

[ ]  Nevíte přesně co – všechny ty kostely jsou si dost podobné.

**7. Když jste v létě na dovolené v chatce/stanu a venku prší, napadne Vás:**

[ ]  … a jeden den z dovolené je v háji.

[ ]  Otevřít okno, abyste cítili vůni deště.

[ ]  Pokusit se objevit na obloze duhu.

[ ]  Lehnout si a poslouchat zvuk kapek bubnujících do střechy.

**8. Vyšli jste si večer do společnosti s hudbou a tancem:**

[ ]  Zkontrolujete, jak hlasitá je hudba.

[ ]  Pořádně si prohlédnete sál a lidi v něm.

[ ]  Okamžitě se vcítíte do atmosféry, která tam panuje.

[ ]  Jste rádi, že jste pro jistotu předem rezervovali stůl.

**9. Jste svědky návratu Vašich sousedů z dovolené. Jaká bude Vaše první reakce?**

[ ]  Vypadají skvěle odpočinutě.

[ ]  Konec klidu, co se dá dělat.

[ ]  Máte radost, vypadají, že si to opravdu užili.

[ ]  Říkáte si, že taky brzy někam pojedete.

**10. Když tankujete u benzínové pumpy:**

[ ]  Pozorně sledujete čísla na měřiči.

[ ]  Rozhlížíte se kolem, automat Vám přece cvaknutím oznámí, kdy je nádrž plná.

[ ]  Snažíte se přežít ten nepříjemný zápach benzínu.

[ ]  Přemýšlíte o svých věcech, tohle je rutinní činnost.

**11. Jste po čase zase na pouti a pomyslíte si:**

[ ]  Tady je vždycky pekelný randál.

[ ]  Z těch barev kolem až oči přecházejí.

[ ]  Je to tu samá fronta, a kdyby se ti lidé tak pořád netlačili ...

[ ]  Za mého mládí byly poutě jiné ...

**12. Jedete v autě na místě spolujezdce a:**

[ ]  Pozorujete v okně ubíhající krajinu.

[ ]  Snažíte se na rádiu najít Vaši oblíbenou stanici.

[ ]  Neděláte nic, jen bezmyšlenkovitě odpočíváte.

[ ]  Musíte se hodně ovládat, protože byste chtěli opravovat řidiče.

**13. Po celodenním shonu jste si zalezli do vany a:**

[ ]  Vychutnáváte si teplou vodu po celém těle.

[ ]  Ponoříte se až po krk do vody a posloucháte svou oblíbenou hudbu.

[ ]  Zavřete oči, jen tak ležíte a úplně „vypnete“.

[ ]  Pozorujete, jak se rozpouští pěna, a přemýšlíte.

**14. Jste v obchodě a chcete si koupit nový svetr. Nejspíše si odnesete ten, který:**

[ ]  Je nejpohodlnější a nejpříjemnější na dotek.

[ ]  Vám nejvíce sluší, když se na sebe podíváte v zrcadle.

[ ]  Ve kterém se prostě cítíte super a je Vám jedno proč.

[ ]  Je pro Vás nejpraktičtější a nejvíce ho potřebujete.

**15. Jste u přátel a jejich štěně se po Vás začne sápat:**

[ ]  Je tak roztomilé, že ho vezmete na klín a budete ho chovat.

[ ]  Pomyslíte si, co asi potřebuje, když tak neodbytně kňučí.

[ ]  Je tak heboučké, že cítím potřebu ho pohladit.

[ ]  Říkáte si, že má štěstí, že máte rádi psy!