

发现自我潜能的途径和方法 PDF转换可能丢失图片或格式，  
建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/100/2021\\_2022\\_\\_E5\\_8F\\_91\\_E7\\_8E\\_B0\\_E8\\_87\\_AA\\_E6\\_c65\\_100388.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/100/2021_2022__E5_8F_91_E7_8E_B0_E8_87_AA_E6_c65_100388.htm) 依据自我潜能为什么能确定“最佳”专业？潜能是代表一个人潜在的、尚未完全表现出来的能力倾向，它是个人发展的一种内在特质，是由智能、个性、兴趣、动机或价值观等多种因素构成的一个有机整体。个人潜能既包括一些天赋，又包括一些后天学习的经验，最终形成个人的一种独特风格。年龄不同，组成的主要因素也不同。对于幼儿，智能和个性特征这些天赋的成分较多些，对于高中学生、大学生或从事职业者，不仅包括智能和个性等被后天发展的天赋，还包括个人的兴趣、动机或价值观这些主要是后天形成的因素。一个人的潜能能否充分发挥出来，或得到发展，很大程度上取决于这些因素之间有机地组合、协调。如果某个专业或职业是他感兴趣的(兴趣因素)，并且认为是有价值的，值得去做的(动机因素)，而且又有能力去做(能力因素)，同时又适合去做(个性因素)，那么他就会做得更好，或者说，他的潜能就充分发挥了出来。如果某个专业虽然很有兴趣去学，但和本专业有关的能力却比较低，可能很大程度上影响了在这个专业上的潜能发展，当然在兴趣非常浓厚并且十分稳定的情况下，此方面的能力也会逐渐提高，但如果在花费同样时间和精力 的情况下，就不如另一个和能力相匹配的专业做得更出色。例如一个学生如果对语文和数学都非常感兴趣，但他的逻辑推理能力不如他的语言能力，如果上大学非要学习数学，可能同样学习了四年，他在英语专业上可能会获得更高的成绩。选择符合潜能发

展的专业，不仅学得轻松愉快，更重要的是能获得一种成就感、价值感，从长远来看，能充分感受到人生的意义。每个人的潜能都不尽相同，各有各的优势和弱点，这是因为这些潜能因素还包括许多方面：从兴趣来看，由于每个人所生活的环境、家庭背景、接触到的人或事物不同，形成了各自不同的兴趣，就学生的学科兴趣而言，至少可以划分到二十多种，如数学兴趣、文学兴趣、经济学兴趣等(参看第三部分)。一般来说，对感兴趣的学科，投入和保持的时间较多些，形成了优势兴趣中心。不感兴趣的学科，虽然因为要考试，也必须多花费时间，但一旦结束考试，可能很快就放弃。对于中学生而言，学科兴趣经历了从不稳定到稳定、从不确定到确定，从广泛到专一的过程。从动机来看，因为每个人的价值观不同，可以分为文学、艺术、社会管理、研究、技术、常规等类型的动机(参看第四部分)。如有的学生，认为一生中做个文学家或文字工作者更有意义；而有的学生认为，做个技术专家更有价值。正因为动机表现不同，使人们在不同领域中，发挥了不同的潜能。从能力来看，对学生而言，常常用九大能力来刻画具有不同能力的人。它们是一般学习能力、言语能力、数学逻辑能力、空间判断能力、形态知觉能力、文秘能力、运动协调能力、人际关系能力等(参看第五部分)。如有的中学生才十几岁，却写出了洋洋洒洒数万字的小说，语言贴切、丰满，让人看了是一种享受，然而也许他的数学逻辑能力却糟糕。有的学生可能很早就表现出了音乐天赋，人际关系能力却可能不高等。从个性来看，对于16岁以上的人而言，通常可以用16种个性特征来刻画，它们是：乐群性、聪慧性、稳定性、有恒性、兴奋性、恃强性、敢为

性、幻想性、实验性、忧虑性、紧张性、独立性等(参看第五部分)。世界上没有两个完全相同的人，所以每个人的个性都不相同，个性的优势和弱势也不同。发现自我潜能的途径和方法 认识和评价自我潜能必须全面、客观、深刻，既要看到自己的优势和长处，也要知晓自己的弱点和短处。因为“当局者迷，旁观者清”，可以参考父母、朋友、师长、专业咨询机构等第三者的意见，力争对自己有一个全面的认识。下面介绍这两种方式。第一种方式是借助亲近的人的评价发现自己的潜能。每一个人都有一个自我熟悉的生活圈子，各种不同年龄、不同性别、不同职业的人对你有不同程度的了解，在家庭主要有父母、亲戚、在外有朋友、同学、老师，因为长期的交往使他们对你有不同程度的印象和评价，大都很中肯、客观，这对你了解自我的潜能起到了直接作用。但这么多人的评价往往比较凌乱，本书将提供你一种具体、系统的整理自己思路的方法(参看第三部分到第七部分)，最后帮助你确定自我发展的“最佳专业”计划。第二种方式是借助咨询机构来了解自我潜能和发展计划。专业咨询机构一般会设计比较具体的问题，形成一套有一定信度和效度的、标准化的测量工具，再辅之于和专业咨询人士面对面的交谈，最后达到解决问题的目的。由于第一种方式缺乏一定信度和效度的支持，对自我的了解比较概括，甚至对一些人还是觉得不能清楚地了解，而第二种方式在一定程度上得到了弥补。本书第八部分做了详细阐述。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)