

YIBEN ZHONGGUO QINGSHAONIAN DE CHENGCAI ZHINAN
一本中国青少年的成材指南

成功文库
ChengGong
WenKu

青少年

成功需挖掘 的10种潜能

| 付艾琳 编 |

远方出版社

YI BEN ZHONG GUO QING SHAO NIAN DE CHENG CAI ZHI NAN

一本中国青少年的成材指南



成功需挖掘
的 10 种潜能

付艾琳/编

远方出版社

图书在版编目(CIP)数据

青少年成功需挖掘的 10 种潜能/付艾琳编. —呼和浩特:远方出版社, 2005. 1(2008. 6 重印)

(成功文库)

ISBN 978—7—80723—003—8

I. 青… II. 付… III. 成功心理学—青少年读物

IV. B848. 4—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2008)第 074505 号

青少年成功需挖掘的 10 种潜能

编 者	付艾琳
出 版	远方出版社
社 址	呼和浩特市乌兰察布东路 666 号
邮 编	010010
经 销	新华书店
印 刷	廊坊市华北石油华星印务有限公司
版 次	2005 年 1 月第 1 版
印 次	2008 年 6 月第 2 次印刷
开 本	850×1168 1/32
印 张	99
字 数	950 千
印 数	3000
标准书号	ISBN 978—7—80723—003—8
总 定 价	518.00 元(共 18 册)

远方出版图书, 版权所有, 侵权必究。
远方版图书, 印装错误请与印刷厂退换。

前 言

巴克敏斯特·富勒说：所有的孩子生来都是天才，可是在10000个孩子中，9999个孩子的天赋在成长过程中被不经意间迅速消磨掉了。

面对当前青少年教育中的种种问题，你可能也在困惑，也在思考，也在寻找答案。

教师如何才能协助孩子自发地认识到人生中的是非轻重、发挥自己的潜能，成为人才？

孩子们如何才能从他人的故事和感悟中得到关于人生要素的启发，实现自己的价值和梦想？

怎么为人处事、怎么交朋友、怎么应对同伴的压力？

教师和孩子，我们彼此了解对方多少？

不良嗜好又会带来什么？

当遇到挫折时该怎么解决？以此等等。

青少年时期，是人生旅途的十字路口。青春期的孩子一不留神就可能将父母、老师的心血和自己的前途毁于一旦，而懵懂之际的他们自己并不能正确而清醒地意识到所做的决定是明智

还是蒙昧。一个错误的决定,往往把有潜力的孩子带入悔恨的泥沼!而如果你阅读完本套丛书,无论是作为教师的你还是孩子的你,都将会找到心中困惑已久的答案。

Contents 目录

第1种潜能

语言潜能 /1

第2种潜能

观察潜能 /14

第3种潜能

逻辑思维潜能 /23

第4种潜能

创新潜能 /40

第5种潜能

运动潜能 (体能) /52

第6种潜能

记忆潜能 /63

第7种潜能

想象力潜能 /86

第8种潜能

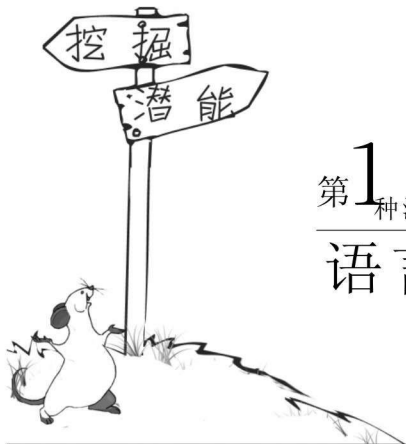
学习能力潜能 /102

第9种潜能

内省潜能 /118

第10种潜能

人际关系潜能 /130



第1种潜能

语言潜能



星星点灯

语言潜能的组成成分主要包括阅读、书写、作诗、演讲、听力和对其他语言的熟悉程度。几乎在每一个领域或专业中，拥有语言表达的技巧都是很有用的。



语

言是思想的表现形式,思想和语言是内容与形式的关系。语言依附于思想,但是,离开了语言,赤裸裸的思想也是无法存在的。

挖掘青少年语言表达的潜能,主要有以下几点:

要点一:认清语言表达能力的重要性

语言表达能力是现代人才必备的基本素质之一。在现代社会,由于经济的迅猛发展,人们之间的交往日益频繁,语言表达能力的重要性也日益增强,好口才越来越被认为是现代人所应具有的必要能力。

作为现代人,我们不仅要有新的思想和见解,还要在别人面前很好地表达出来;不仅要用自己的行为对社会做贡献,还要用自己的语言去感染、说服别人。

我们知道现代社会从事各行各业的人都需要口才:对政治家和外交家来说,口齿伶俐、能言善辩是基本的素

质,商业工作者推销商品、招徕顾客,企业家经营管理企业,这都需要口才。在人们的日常交往中,具有口才天赋的人能把平淡的话题讲得非常吸引人,而口笨嘴拙的人就算他讲的话题内容很好,人们听起来也是索然无味。有些建议,口才好的人一说就通过了,而口才不好的人即使说很多次还是无法获得通过。

美国医药学会的前会长大卫·奥门博士曾经说过,我们应该尽力培养出一种能力,让别人能够进入我们的脑海和心灵,能够在别人面前、在人群当中、在大众之前清晰地把自己的思想和意念传递给别人。在我们这样努力去做而不断进步时,便会发觉:真正的自我正在人们心目中塑造一种前所未有的形象,产生前所未有的震击。

要点二:培养爱读书的好习惯

无论处于哪个年龄阶段的学生,一定要培养自己爱读书,读好书的习惯,这是挖掘语言文字潜能的很好方法之一。

不是有说“书中自有黄金屋，书中自有颜如玉”的吗！无论一个人生活是如何的忙碌，但他总有很多的光阴是虚度、浪费掉的，而这些虚度的光阴，倘若能用于读书之中，日积月累，收获是相当可观的。正如曾任哈佛大校长爱略特曾经说过：“人能养成每天读十分钟书的习惯，每天十分钟，二十年后，他的知识程度，必前后判若两人。只要他所读的都是好的东西，所谓好的东西，即是经大众所公认的世界名著，不管是小说、诗歌、历史传记或其他种种。”

在读书的过程中，我们可以识别单词的意思；理解章节、顺序和情节的概念，掌握一定的语言表达方法和技巧，获得一种对语言的价值和语言之间细微差异的正确评价，这些收获都将有利于语言表达潜能的开发。

要点三：迅速提高语商的技巧

语商高的人知识广泛、头脑灵活、判断力强、信心十足，说话富有磁性而有吸引力，同时，他们还能在各种谈

话场合中,得心应手,滔滔不绝,赢得别人的尊敬和赞扬。利用自己的言谈来赢得别人的尊敬和赞扬,就要记住和做到以下九点。

(1)说话时不应用俗语。常用俗语会妨碍你在语言方面的自如运用。

(2)要做到尽量多用数字。说话时多用数字,语言会更加生动,说服力强,自己也会更加自信。

(3)多看电视。电视是最感性的语言来源,但要注意:不要只看电视剧,而应该多看那些咨询性及访谈性节目,这样能让你更好地学习别人的交谈技巧。

(4)训练目标感。说话要有的放矢,这就好像走路一样,要有方向性的选择,这种“选择”可以使你在说话中避免漫无边际的东拉西扯。

(5)学一些新语言。在日常的工作、学习中,经常学习和吸收一些新的语言,能够更好地丰富你的语言词汇。

(6)培养探究精神。在学习和工作过程中,建议你努力做到:要么不做,要做就做好,并不断探索生活中的各种规律。做什么事都要既知其然,还要知其所以然。

(7)训练判断力。这种能力对于语言来说是至关重要的。在与别人交谈时,如果你判断失误,就可能做出意思相反的回答,这就很可能导致不必要的误会越来越深。

(8)多说有力量的话。有力量的话就是指说话时能够直截了当,行就是行,不行就是不行。比如:你最好不要说“我看……”“我想……”,而应该尽量说“我认为……”这样你的说话才够力量。

(9)多与人交谈。你不妨尝试扩大你的社交圈子,不断增加你的说话机会,这样更有利于提高你对语言的驾驭能力。

要点四:浓缩的才是更好的

要使说话简短、写作精炼,就要学会浓缩。浓缩就是语言的提炼,浓缩的语言是语言的精华。

几百年前,一位聪明的老国王召集一群聪明的臣子,交待了一个任务:“我要你们编一本《智慧录》,好流传给子孙。”

这群聪明人离开老国王以后，便开始了艰苦的工作。他们用了很长一段时间，最终完成了一部十二卷的巨著。他们将《智慧录》交给老国王看，他看了后说：“各位大臣，我深信这是各时代的智慧结晶。但是，它太厚了，我担心没有人会去读完它，再把它浓缩一下吧！”这群聪明人又经过长期的努力工作，删减了很多内容，最后完成了一卷书。可老国王依然认为太长了，命令他们继续浓缩。

这群聪明人把一本书浓缩为一章、一页、一段，最后浓缩成一句话。当老国王看到这句话时很高兴，说：“各位大臣，这才是各时代的智慧结晶。各地的人只要知道这个真理，我们一直担心的大部分问题就可以顺利解决了。”

这句经典的话就是：“天下没有免费的午餐。”

这句话告诫人们：即使是满足自身生存的最基本需要，也必须自己去做；即使你的祖辈、父辈能为你提供丰厚的物质基础，也需要自己去做。否则，你就只能坐吃山空。



1. 多读一些趣味性、知识性较强的书籍,比如卡通或者绘画本,通过仔细阅读你可以从中获得许多知识,试着将你感到疑惑的问题从中去寻找满意的答案。

2. 多参加一些文字游戏,比如纵横填字游戏,文字接龙、猜谜游戏等,

试着练练绕口令、俏皮话、双关语或儿歌……对于这方面你需要培养敏感性,增强自己的知识储备。

3. 在书写的过程中做到认真仔细,尽量不要写错别字。在读、写、说某些字之前,脑子里试图去听到他们的读音。这样可以帮助你更好的回忆起这些文字,记忆得更加深刻,运用的也就更加自如了。

4. 尝试从听收音机、录音带中去获取有用的信息。因为这有更直接的语音的传输的效果,熟练之后对你课堂听讲将会有很大的帮助,你能比较准确的把握住老师讲课的重点,知识掌握的也比较牢固。

5. 在课堂上认真的学习语文历史等文科类的课程,

因为这些文科类科目更强调语言文字的理解和记忆。语文会更多的探究语言文字的方面,这些课程能训练你对语言文字的把握能力。

6. 在日常生活中多训练自己用语言和别人沟通的能力,谈话的过程中要有条理、有系统,能说服别人同意你的想法。在谈话时可以试着引用从他处读来的信息以丰富你的内容。在平时听、看的过程中要有意识的记忆有用的信息点、知识点。

7. 平时多训练自己听、说、读、写的能力,要敢说,用文字准确、生动的表达你的思想或想法。要积极参与阅读、讨论及写作,并且在你阅读、讨论写作的过程中对平时积累的知识要加以积极的运用。

8. 善于给他人讲故事或叙述某件事。在编故事、讲笑话或说相声的过程中,尽量表现的生动有趣一些,注意语音语调的掌握,要努力吸引大家的注意力,让大家都喜欢听你讲故事。

语

商能力的小测试：

1. 你觉得说话对人生影

响重要吗：

A. 重要。

B. 一般。

C. 不重要。

2. 和朋友在一起聊天时，你会：

A. 有时插上几句。

B. 让别人说，自己只是旁听者。

C. 善用言谈来增加别人对你的好感。

3. 在公共场合，你会怎样：

A. 很善于言辞。

B. 不善言辞。

C. 羞于言谈。

4. 如果你的一个朋友非要和你打电话聊天，而你又
没有时间，你会：

A. 问他是否有重要事，如没有，回头再打给他。

