



從自我認識到成長

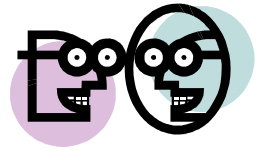
認識你自己

據記載，古希臘哲學家蘇格拉底平生最喜歡用一句話來教育別人：認識你自己！他希望自己所有的學生都能夠首先認識自己，然後再謀求個人發展。

很多人都曾經說過，如果你想有所成就，就必須做到揚長避短，認準目標，抓緊時間……而前提就是認識自己！

只有認識了自己，才能真正改變自己，才能改變自己的人生。

如果你還不知道該怎麼做，那就認真做一做下面的這個測試。



1. 當你遇到陌生人的時候，你很少主動開口講話嗎？
A. 否 B. 是 C. 可能
2. 你認為自己所選擇的服裝主要是看它是否適合自己嗎？
A. 是 B. 否 C. 可能
3. 你認為自己的家庭生活非常幸福嗎？
A. 是 B. 否 C. 可能
4. 你在和其他人的爭論中往往很難說服其他人嗎？
A. 否 B. 是 C. 可能
5. 對於你的行為，你周圍的人總是表示非常敬佩嗎？
A. 是 B. 否 C. 可能
6. 你經常會因為自己表現出色而獲得別人的好評嗎？
A. 是 B. 否 C. 可能
7. 如果你認為自己受了委屈，你會把自己所受到的委屈說出來嗎？
A. 是 B. 否 C. 可能
8. 有一個人忽然邀請你和他一起外出，你會立即答應嗎？
A. 是 B. 否 C. 可能
9. 別人偷偷看了你的日記，你也認為這是無關緊要的嗎？

A. 否 B. 是 C. 可能

10. 你總是盡量避免和自己不喜歡的人在一起嗎？

A. 是 B. 否 C. 可能

11. 你認為自己可以感覺到情緒的好壞嗎？

A. 是 B. 否 C. 可能

12. 你是不是非常喜歡變化，例如經常換不同款式的衣服或者髮型呢？

A. 是 B. 否 C. 可能

評分標準：

如果你所選擇的答案是 A，得 2 分；如果你所選擇的答案是 B，得 1 分；如果你所選擇的答案是 C，得 0 分。

測試結果與分析：

20~24 分之間—說明你是一個很自立的人，你的膽量也很大，以至於別人和你相處時經常會感到不安。其實，你根本沒有必要把生活看得這樣嚴峻，生活中我們更應該做到放鬆自己。

16~19 分之間—說明你是一個比較熱心的人，你非常渴望自立，對於自己所嚮往的東西，你一般都能夠得到，而且你也可以做到靈活地應對生活中的一切，所以和其他人相比，你更容易取得成功。

10~15 分之間—說明你是一個軟弱的人，雖然有的時候你很想自立，但你往往對自己的能力沒有信心，而寄希望於別人的幫助，有的時候你甚至會完全依賴於別人。

0~9 分之間—說明你是一個完全沒有自信心的人，時時事事都要依靠別人。

在風雨中歷練

究竟甚麼是自立呢？所謂自立，是指我們自己選擇自己的生活道路，能夠合理地安排自己的生活，能夠對自己的生活負責。

如果你不知道有哪些事情是應該自己完成的，那就認真看下面的表格吧，它會給你提供最好的答案：



範圍	自立的表現	自立能力對自己的影響
家庭生活	洗衣，做飯，收拾房間……	更理解父母對自己的付出……
個人生活	收拾個人衛生，整理自己的學習用品……	學會注意自己的個人形象……

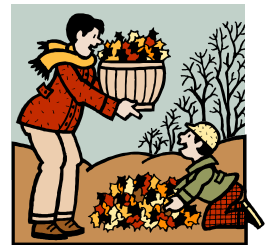
社會生活	和朋友友好相處，及時處理各種學習或者工作中的難題……	擁有良好的人際關係……
------	----------------------------	-------------

洛克菲勒是美國著名的石油大亨，有著讓世人艷羨的財富，可是大家知道他是怎麼培養孩子的自理能力的嗎？有一天，他把自己最心愛的孩子小洛克菲勒抱上一張桌子，然後面帶微笑地鼓勵他跳下來。孩子幼稚地認為有爸爸在旁邊保護自己，根本就不會有什麼危險，所以就非常放心地跳了下來。誰知就在他往下跳的時候，洛克菲勒卻走開了，小洛克菲勒重重地摔倒在地上，因此他大哭不止。這時候，老洛克菲勒來到兒子身旁，語重心長地對他說：“兒子，不要再哭了，你知道爸爸今天為什麼要這麼做嗎？爸爸就是要讓你知道，在這個世界上，所有的事情都需要靠你自己來完成，不要總想著依靠別人，有時候，就是你的爸爸也是無法依靠的！從現在開始，從今天開始，你就應該學會自立了！”



洛克菲勒家族雖然非常富有，但是所有的孩子都不可以隨便亂花錢，即使他們花掉自己可以支配的少量零用錢，也必須記賬。在學校讀書時，他們一律需要在學校住宿。大學畢業以後，也不能立即進入自己家族產業之中，而是必須在外面經受一番歷練，然後才可以進入自己家族的產業，並開始掌握自己家族的財產。

也正是因此，洛克菲勒家族的子女獨立生活能力非常強，他們也在這樣的生活中逐漸養成了自立、自強的好習慣。有很多分析家說，洛克菲勒家族之所以延續了數百年依然繁盛不衰，就是因為這一家族的子女非常注重自身自立能力的培養。他們相信自己的事情只有自己做才能完成得最好，應該經歷的挫折只有自己經歷了才能更好地面對人生。



成功小語：

我們不可能永遠生活在家庭和學校這個搖籃和溫室中，終究要離開家庭和學校，走向社會，經歷風雨。

資料來源：「成長成熟到成功」—王勇編著

想一想：

從上面的小測驗，你可以多一點了解自己。認真的想一想，在生活中你可以怎麼做去提升自立能力？