

王谦益在本次测评中结果有效性为100.0%，说明认真答题，报告有效！

## 大学生个人生涯发展报告

王谦益 | 树礼书院 | 树礼书院 | 序列号：12111003

亲爱的王谦益，

欢迎你加入南方科技大学的大家庭！大学是人生“黄金十年”的开端，过好大学生活对你来说至关重要。

本报告从学业发展、人际交往、休闲生活、职业准备上对你进行了综合评估，要想让自己在大学期间全面平衡的发展，实现理想的大学状态，你需要在以上四个方面做出努力。

想知道现阶段的自己是什么样子的？自己在哪方面做的真是“极好的”，在哪方面“拖后腿”啦？请见下图，通过了解你与理想大学生的匹配度以及在四个角色上的得分情况，就可知晓！郑重提示：四个角色得分均为1-9分评分，分数越高代表你在这一方面表现越好。



注：图上的百分比为你与理想大学生的匹配度，四个分数代表你学业发展、人际交往、休闲生活和职业准备上的得分情况。

想要更具体的改进方法？想要更深入的了解自己的优势和不足？那就接着往下看吧。

1

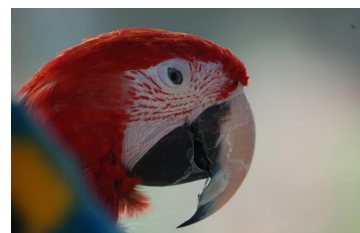
### 这就是“我”？！

“我的自画像”：镜子能够照出我们的外表，而本部分则能帮助我们看见深层的自己。

#### ■ 如果穿越到动物世界，你的自画像请看右侧

你是个热情而有创造力的发明家，你喜欢接受那些令你感到兴奋的挑战。多才多艺，好奇心强，喜欢新鲜事物，你的世界充满可能性。你把灵感看得比什么都重要，天马行空，创意十足。非常看重自己聪明才智的实现，习惯创新，不断寻找新的方式、方法解决遇到的问题。

你想象力丰富，具有艺术才能和独特的个性，喜欢以各种艺术化的形式（如文字、图画、音乐、舞蹈等）表达自己的感受。你看重美的品质，喜欢模糊、自由和非系统化的活动，喜欢有自己发挥的空间。重视自己的感性，特立独行。



迷人 聪明  
发明家

2

### 学业发展：你的学习坚韧性：4分（1-9分评分，9分最高）

学业情境下的你：毋庸置疑，大学最重要、最主要的事情是学习，本部分就让我们来聊聊你在学习上的优势、劣势。

## ■ 学习的坚韧性：发掘学习的意义和乐趣，采取行动，迎接新鲜挑战。

你的学习坚韧性得分处于中等分段，还需努力呀。在学习坚韧性上还有改进的空间，你是不是时常会质疑学习的意义呢？是不是总是需要一段时间来适应变化？你在遇到挫折或挑战时，愿意采取行动去改变现状，但会因缺乏信心或不够冷静，影响行动的坚持性。在挫折情境中，你需要更加乐观坚定，把这个过程看成学习成长的良机，不轻言放弃。

## ■ 你的学习风格：优势和偏好

你聪慧好学，才思敏捷，很享受按照自己的兴趣随心所欲地学习。你很擅长概念化和抽象的思考，喜欢充分的运用模型和理论进行分析研究。你喜欢刨根究底，天生需要把什么都弄个清楚明白。你喜欢挑战智力活动，困难的、复杂的任务对于你是一种激励，并且你能快速对困难做出创造性的反应，并投身于解决问题的行动中。

你喜欢由专家传授知识，但不会因老师很权威就全盘接受其学术观点，一旦发现论据或证明过程存在前后矛盾的地方，就会直言不讳的指出来。你喜欢竞争，容易被众说纷纭的观点刺激到。你热衷于参加各种活动，尤其是处于活动的中心时会感到很舒服，比如在众人面前做报告。学以致用、与别人一起探讨、在公众面前输出你的学习成果，可以促进你学习的效果。

## ■ 你在学习上的劣势与应对建议

你的兴趣点很容易转移，所以往往专注度不够，时常表现出了解的很多，但是每一部分都没办法真正掌握的情况。你在独立学习或者处理一些细节问题时比较缺乏耐心，不善于按照时间计划完成学习任务，容易犯拖延症。建议你制定学习计划，提高对自己的要求，避免不够坚持专注和欠缺时间概念的现象。同时，在细节把握方面也需要适当加强。

3

## 人际交往：你的情商： 3 分（1-9分评分，9分最高）

**关系建立的现状与改进：**你可能会参加班级、学校社团以及学生会的活动，也可能参加校外志愿者的活动，进行社会实践、你可能与一位心仪的lover建立甜蜜的恋爱关系，不让你的情商成为这些关系中的硬伤！

## ■ 你的情商

你的情商得分处于低分段，亟待提升。你可能不太能很好地觉察、理解自己的或他人的情绪，也可能不太能及时调控自己的情绪，以很好的应对压力和解决问题。在压力的状态下，心态会很崩溃，或者麻木，从而对于他人的情绪和需要，就不能准确识别，而容易造成沟通不畅的问题。

## ■ 你的人际交往特点

你性格开朗，热情洋溢，喜欢跟人打交道，很享受众人瞩目的感觉。很重视自我形象，行事跳脱，希望得到身边的人的喜欢，经常会做一些引起他人关注的事情。你具有语言天赋和表演天赋，你的幽默、机智会让周围的人很喜欢与你在一起，你所在的地方总是保持着轻松愉快的氛围。

## ■ 你如何与同伴建立、维持良好的关系

你主动积极，理解力很强，可以轻松地和任何人进行交流。你希望别人喜欢自己，喜欢成为众人的中心，在人群中的你会很活跃。你善于讲故事，会说一些令人印象深刻的双关语，以此展现自己的聪明和高超的语言技巧。你喜欢参与一些集体活动或者社团组织，运用你的理解力和人格魅力结交朋友，赢得别人的欣赏。

## ■ 你在人际上可能出现的问题与应对

你天性自然，而又兴趣多变，注意力容易转移，因此曾经对人的承诺有可能因为新事物的吸引而被抛之脑后。尽管你希望把热情给予到每一个人，但却可能因无法深入，而让有的人感觉你跟人的交往比较浮浅。建议你在交往中关注他人的特点，因人而异，而不要平均用力；同时不要轻易做出承诺，一旦承诺，就要言出必行。

## 4

**休闲生活：休闲管理能力：4 分（1-9分评分，9分最高）**

**管理自己的休闲时间和质量：**大学生生活的特点是自主，意味着你将会有大块的空闲时间。休闲是一种能力，只有让自己沉静心灵、积蓄力量，甚至挖掘除了个人潜能的活动才能称得上是真正的休闲。

### ■ 你更喜欢的休闲方式

你有雅致的休闲时光，用来用心地去感悟和学习。你喜欢自由自在，富有创意的活动。你有丰富的感受，并喜欢凭借文字、声音、动作或色彩等来表达。有时，完全沉浸在有艺术氛围的环境中也是不错的体验，看场话剧、逛逛美术展，都可以获得精神的升华。

### ■ 提高休闲能力的建议

还有进步的空间，你的休闲管理得分处于中等分段。

你对美的敏锐感觉和丰富的想象力是上天赐予你的礼物，不要浪费哦！利用休闲的时间，深入发展自己的爱好吧，或雕琢文字，使表达更贴切；或阅读思考，让思想更深刻等等的方式，努力将发散的、无目的性的爱好，转变为自己独特的优势，对你的未来会十分有助益。

## 5

**职业准备：未来工作者成熟度：3 分（1-9分评分，9分最高）**

**直面未来你需要的准备：**大学阶段是学生与工作者之间的过渡阶段，所以你需要为未来成为成熟、胜任的工作者而做准备。

### ■ 你作为未来工作者的成熟度

要好好加油哦，你的工作者成熟度得分处于低分段。你作为未来的工作者来说还不太成熟，在未来的工作中你可能会比较缺乏主动性和责任心，情绪容易波动，对于他人的情绪也不能很好地觉察，与他人有效互动、承受工作压力、解决问题的能力还不够。这些特点可能会影响你的工作效率和工作完成效果，不妨从现在开始探索和提升自己吧！

生命就是这样一个过程，一个不断超越自身局限的过程，这就是命运，任何人都是一样，在这过程中我们遭遇痛苦、超越局限、从而感受幸福。所以一切人都是平等的，我们毫不特殊。

### ■ 努力方向建议

你喜欢学习新知识，能把握事物的全局，兴趣广泛，灵活多变，能够创造性地解决问题并有出色的交际才能，因此适合从事有一定开放性的、与人打交道的和有创新空间的工作。你喜欢与独立的、按理论模型解决复杂问题的人共事，适合能提供灵活性和挑战性、鼓励行为自主的工作环境。

你适合参与需要艺术修养、创造力、表达能力、直觉思维的工作，你可以善用你的语言、审美和感受能力，完成一些有创意的作品。但这种工作如果没有实际的能力作为基础，就无法形成成果。所以你需要为你的自在创意培养相应的技能，与现实中的目标相结合加以行动哦。

### ■ 面对未来你需要的准备

你总是充满热情的寻找新鲜事物，但难以专注，行事缺少稳定的计划和流程，经常依靠临场发挥，而忽视必要的准备工作。你可能会抵制正规的程序和准则，过多依赖自己的判断而忽略现实状况，同时对于细节的感知不够。因此你需要：减少选项，排除干扰，不忘初心，以终为始，提升自己的目标性、计划性和韧性，让自己更加务实实干。

艺术气质浓厚的人，容易理想化，比较冲动和感性，要增强自己的理性思考与分析能力，学会与人合作和遵守规范。在未来的职场中，不仅要发挥你的创意，工作能力也不可或缺，结合脚踏实地的行动去实现具体的目标，而不要只是天马行空地想象。不可一直活在自己的感受世界里，对于社会的认知和对他人的尊重，也是你必须要开展的功课哦。



## “专业”数据来了.....

本报告的数据依据：到此为止你的个人发展报告已经结束啦，下面附上你本次测评的原始数据。

### ■ 个人行为风格（1-9评分）

行为风格是我们即使在不同的情况下都能表现出一致的、稳定的行为特点或者风格。更值得一提的是，伴随个人年龄的增长，行为风格更加趋于稳定，愈发显示出对长期的生活学习工作状况的预测作用。我们每个人都由10个要素组成，彼此之间的区别只是在于每个要素的得分比重不同而已。以下是你在这10个要素上的得分：

情绪稳定 6	自律严谨 3	耐挫性 4	敢为性 4	成就导向 3
创新求变 3	影响意愿 5	弹性 4	人际洞察 3	利他性 4

### ■ 性格特征（0-100评分）

性格特征本身并没有好坏之分，只是在不同的情境下可能成为优势，也可能因为发挥不慎成为短板。所以需要我们深入了解自己的性格特征从而更好发挥自身的长处，避免偏激和狭隘。

63	外倾型	内倾型	37
63	直觉型	感觉型	37
88	思考型	情感型	12
25	判断型	知觉型	75

### ■ 人格倾向性（0-100评分）

人格倾向性可以归纳为六种类型，而环境也可以分为六种类型，当我们在符合自己人格倾向性的环境中，会对生活有更大的满意感和控制感。所以我们要选择或者创造更加符合我们发展的环境，当然也需要根据环境来弥补自己的短板。

社交助人型 37	魅力协调型 63	审慎落实型 40	实战操作型 40	沉思调研型 57	别致创意型 63
-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------



## 生活是你采取行动或者不采取行动的结果！

结束语：到此为止你的个人发展报告已经结束啦，以上报告的内容和数据在以后的生涯课堂或者其他促进个人发展的活动中会派上用场，所以你要好好保管本报告哦。