学习潜能与规划报告

Learning Potential and Management

—

学能测评

测评时间：2021年02月06日　　生源地：浙江省

胡同学

学校：浙江省XX中学　　班级：高二（X）班

出生日期:2004-05-22　潜力指数:161.5　该年龄段平均潜能指数:165.9

*潜力指数满分为200

学习潜力	5.0	★★★★★	潜能水平高
学习动力	3.5	★★★½☆	学习动力较充足
学习管理能力	3.0	★★★☆☆	学习管理能力较强
学习效率	4.5	★★★★½	学习效率高

目录 Catalog

Part.1基本学习潜能

01/ 1.我的潜能模型

2.我的潜能标签

3.我的潜能概述

02/ 4.我的潜能优势分析

5.我的潜能优势培养方向

03/ 6.专家建议-如何在学习中更好地发挥潜能优势

7.我提升空间较大的潜能

04/ 8.专家建议-如何进行潜能提升

9.我的基本学习潜能单项解读

9.1 注意能力

05/ 9.2 抑制控制能力

9.3 神经敏捷性

06/ 9.4 信息加工能力

9.5 表象能力

9.6 精细动作能力

07/ 9.7 工作记忆能力

9.8 计算能力

9.9 逻辑推理能力

08/ 9.10 语言能力

Part.2学习规划分析

09/ 1.我的学习规划综合评价

1.1 我的特征

2.我的学习规划能力swot模型

10/ 3.我的学习过程要素

4.我的学习动力

5.专家建议-如何提升学习动力

Part.3学习管理能力分析

11/ 1.我的学习管理能力

2.专家建议-如何更好的完成学习管理

Part.4学习效率分析

12/ 1.我的学习效率

2.我的学习效率概述

3.专家建议-如何提升学习效率

Part.5学习风格分析

13/ 1.我的学习风格

2.我的学习风格解读

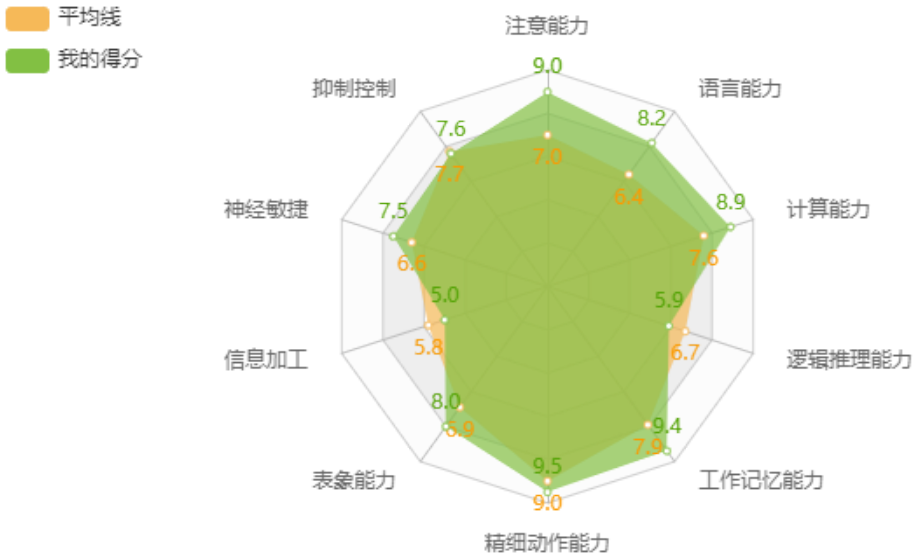
14/ 3.专家建议

基本学习潜能 Basic learning potential

我的潜能模型

综合得分：90.6分

能量值：67



我的潜能标签

定力大师　现世文豪　人形数据库

我的潜能概述

我在注意能力、语言能力和工作记忆能力三个方面的潜能明显高于其它同学，这使我学习更专注，考试发挥稳定，能言善辩、妙笔生花，记忆高效、知识易成体系、过目不忘。我在抑制控制、逻辑推理能力和信息加工能力三个方面的潜能提升空间较大，有时可能表现为学习策略不够灵活，自律水平有待提高，不谙推理、难下判断，不擅长提炼信息、可能难以制作学习提纲、阅读常常看过则过。整体而言，我的潜能水平高，呈现出专注力强，听说读写能力强，快速记忆力好的特点，只要付出相应的努力，便能充分激发自己的潜能优势。虽然有时主动控制能力有待提高，数理逻辑能力有待提高，对信息的处理能力有待提高，只要适当加以训练提升，一定会成为一名优秀的学生。

我的潜能优势分析

我的潜能优势特征

强大的专注力和初级认知加工能力。这意味着你可以迅速并持续地关注到环境和自身特征，并进行初步的认知加工。即使面对需要来回切换的多项任务，你仍然可以游刃有余。

注意能力 A+

9分

注意能力平均得分7分，能量值95

听说读写能力强，这意味着你的言语能力（即基本学习能力的重要组成部分之一，也是个体日常沟通必须具备的核心能力之一）能够满足你的多数学习社交任务。

语言能力

8.2分

语言能力平均得分6.4分，能量值60

快速记忆力好，意味着你对信息进行暂时记忆、加工、贮存和提取的能力出众。

工作记忆能力 A+

9.4分

工作记忆能力平均得分7.9分，能量值69

我的潜能优势培养方向

实验研究型

推荐指数 ★★★★★

推荐理由 注意能力是基本的认知能力，这使得你可以胜任大多数工作。通常对注意力要求较高的是实验室研究人员。大量，精密且连续的实验活动要求从业人员具有高度集中的注意力。

代表人物 居里夫人

培养建议 要成为一名合格的实验研究人员，发挥你的注意力优势十分重要，同时也要了解和进行一些相关的科学训练，以增强对科学伦理的认知，提高逻辑论证思维能力和创新能力。如果有机会，参与科学小实验或者创新设计比赛之类的活动会很有帮助。

言语社交型

推荐指数 ★★★★½

推荐理由 言语能力是基本的认知能力，这方面的优势潜能使得你可以胜任大多数言语社交型工作，其中的代表型职业是教师、外交官、公关人员、领导者。

代表人物 周恩来

培养建议 不放过任何一个交流和写作的机会。在尊重观点的同时，多多注意言语文字的逻辑。参加模拟联合国活动是一种比较良好的练习，有助于培养你的社交和领导才能。

现实事务型

推荐指数 ★★★★☆

推荐理由 工作记忆能力是基本的认知能力，这方面的优势潜能使得你可以胜任大多数现实事务型工作，其中的代表型职业是行政幕僚、注册会计师。

代表人物 温斯顿·丘吉尔

培养建议 虽然有工作记忆能力的优势，但还是要注意掌握相关行业的理论知识和其他要求。此外，不能松懈对于工作记忆的练习，活动记忆游戏和N-back任务是你日常训练的好方法。也可以对相关行业的理论知识进行工作记忆训练。

专家建议-如何在学习中更好的发挥潜能优势?

学习是一个内外联动的过程，个人的人格、兴趣，心理活动，大脑活动和人际关系等诸多要素都可能对学习效果产生影响。发挥好自身的潜能优势，在学习中产生最优的效果，同时也注意训练提升空间较大的潜能，可以使我们具备更强的整体能力。不同的潜能在不同的学习活动中作用不同，重要性也不同。了解自己的潜能特征，制定合适的潜能发展策略,配合针对性的练习活动，学习就可以起到事半功倍的效果。

1.科学、专业的了解自己的潜能，是发挥潜能优势的第一步，如果你尚未察觉自己的优势潜能，那充分地开发利用它就只能是纸上谈兵了。

2.将优势潜能与课外活动、课内学习结合起来，多完成与激发优势潜能有关联的任务，让你的潜能得到充分的开发和运用。

3.已经拥有了潜能优势并不意味着你可以放松警惕。潜能需要不断的运用和训练，自觉的培养和坚持。否则，潜能优势不仅仅可能会止步不前，甚至会枯萎凋零。一方面，日常的自觉运用会保持你潜能水平的稳定发挥；另一方面，适当的专业训练会让你的优势百尺竿头更进一步。

4.即使存在潜能劣势，也不要坐以待毙、束手就擒，适当的专业性训练可以帮助你弥补短板。

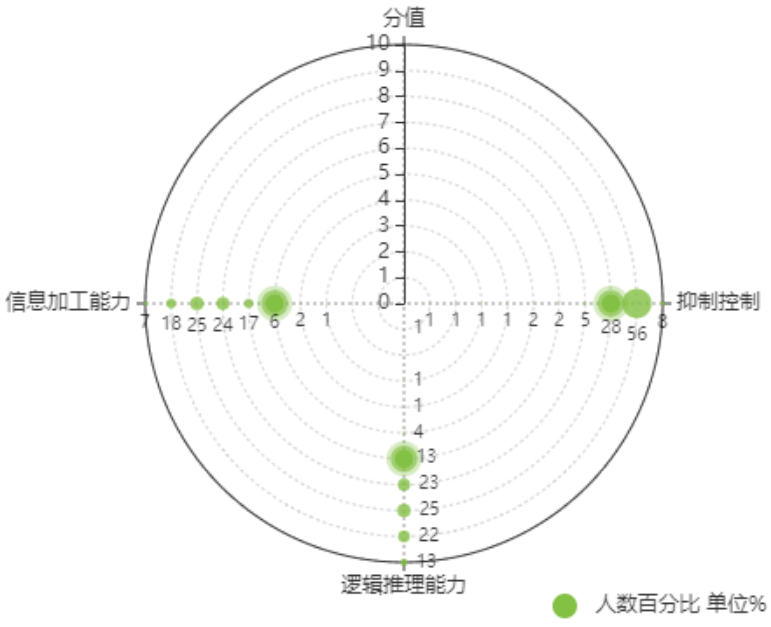
5. 发挥潜能优势需要通过科学的规划循序渐进，切忌操之过急和盲目冒进。在错误的道路上一往无前只会让你陷入南辕北辙的困境。

6.不要忽视你提升空间较大的潜能，或许经过稍加培养和训练，它们也能成为你的优势潜能。长期忽视甚至可能导致它们成为你的劣势潜能。

我提升空间较大的潜能

特征描述

我的提升空间较大的潜能有抑制控制、逻辑推理能力和信息加工能力。下面是针对这些潜能所给出的提升建议。



信息加工能力
我的得分：5分
平均得分：5.8分

提升建议
建议你多多进行信息加工处理的练习，在平时的阅读过程中要留意自己的所见所闻，并能形成自己独立的看法和观点，这一项能力对于文科职业甚为重要。此外，可以专门练习信息提取以增强处理文字的能力。

抑制控制
我的得分：7.6分
平均得分：7.7分

提升建议
心似平原跑马，易放难收。建议你沉下心来，锻炼自己的自控能力。你可以进行控制抑制训练，加强自控力。可以借助一些工具辅助自己在自控力较低时提醒自己进行冲突抑制。

逻辑推理能力
我的得分：5.9分
平均得分：6.7分

提升建议
可以多看一些推理类型的课外读物或者影视节目。当然最好能做一些推理、逻辑类的数学题目。在思路不明确时，不要着急，遵循规律，逐步向前推进，最终可以得到正确的答案。

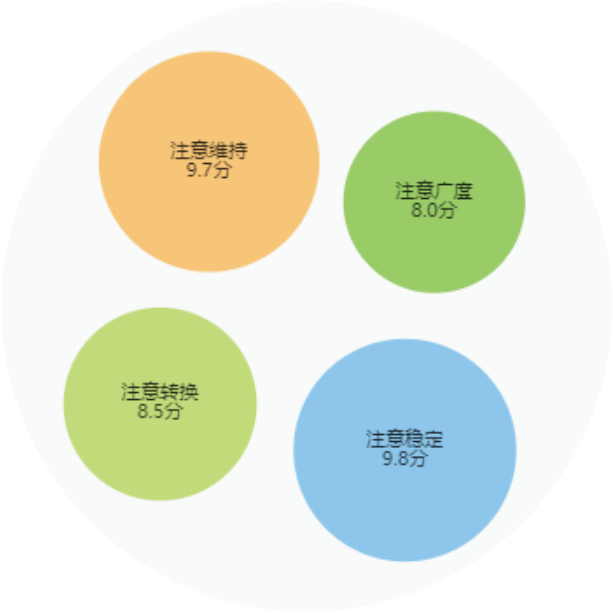
专家建议-如何进行潜能提升?

潜能并不是一成不变的，大多数潜能都可以通过专业的、充足的训练来提升。做一个完善的计划，然后按部就班的执行，通常都可以带来很好的潜能提升。一方面，安排固定的时间，进行特定的任务是提升潜能的重要方法，另一方面，在日常生活中随时关注自己的潜能，将学习、生活与潜能开发结合起来。

我的基本学习潜能单项解读

1.注意能力

你的注意能力非常好，你在工作和学习时可以轻松地进入心无二用的状态；你的注意力非常稳定，环境的干扰可能难以让你分心。即使山雨欲来风满楼，你也可以稳坐钓鱼台；你的注意力范围比较广，聚焦一大片事物对你来说易如反掌；你注意力的转换也非常灵活，不会因为注意对象的改变而影响你的注意能力。



注意广度

我的得分：8.0分
平均得分：7.1分

注意广度是指一个人在同一时间内能注意到的信息量的大小。这就是说，在每个学习的瞬间所能进入脑海的知识量。影响注意广度的因素有很多，比如，知识是否是一种有条理有逻辑的方式呈现的，你对要注意对象的熟悉程度如何等等。

注意稳定 A+

我的得分：9.8分
平均得分：8.0分

注意稳定是注意力程度能保持在一个稳定的水平。即指你在学习过程中能以同样程度注意力稳定的关注所需要学习的对象。注意稳定是注意力的高级形式，一般在高度投入的学习过程中注意稳定水平比较高。

注意转换 A+

我的得分：8.5分
平均得分：7.6分

注意转换是根据新任务的要求，主动及时把注意从一个对象转移到另一个对象的上的品质。这就是说，当你在连续学习时，能否及时的从一个学习状态切换到下一个学习状态。

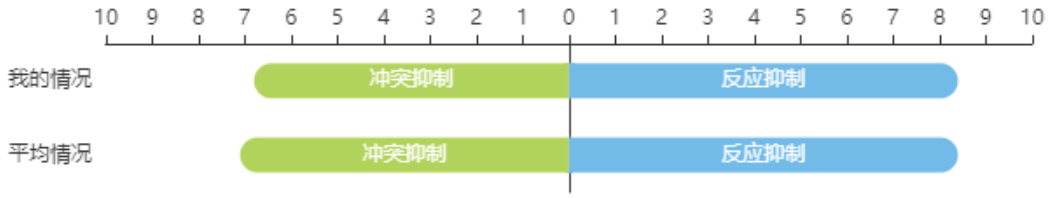
注意维持 A+

我的得分：9.7分
平均得分：6.1分

注意维持是指注意保持在同一对象上的时间长短。这就是说，你能集中精力在某一个学习对象上的能力。人在注意一个对象时，往往很难做到一成不变的全神贯注，但是只要能不分心，顺利的完成学习任务，就是注意维持的表现。

2.抑制控制能力

抑制控制能力是一种主动压制，中断或延迟行为的能力。
你的抑制控制能力处于平均的水平。你拥有较好的反应抑制和冲突抑制能力，无论是情绪、心理还是行为都较好地处在你的掌控之中，同时在一定程度上能够抑制住外界干扰的影响。但是你偶尔也会被各种因素所左右，无法抑制内心波动和习惯行为，或被外界因素所影响。



冲突抑制
我的得分：6.8分
平均得分：7.1分

冲突抑制是指在任务受到相冲突的无关因素干扰时，抑制对无关信息的关注而完成当下任务的能力。在学习或者解题过程中，我们经常需要及时的排除无关信息的干扰，保持对当前问题的关注。冲突抑制能力强的个体学习效率更高。

反应抑制
我的得分：8.4分
平均得分：8.4分

反应抑制是指在形成优势反应之后，在需要的情况下能及时停止的能力。在日常生活和学习中，我们经常会出现优势反应，诸如思维定势、行为惯性等。例如有时解题会不自觉的按照先前思路，忽略一些需要及时调整思路的地方。

3.神经敏捷性

神经敏捷性反映的是人大脑初级处理的速度，即我们常说的反应快慢。
你的神经敏捷性处于平均的水平。你对大多数事物都有较灵敏的反应，不管是事物状态，他人情绪还是音乐，空间，颜色的变化你都可以察觉出来，在不同的变化中你也能相应作出不同的心理和行为反应。当然你的灵敏程度还处于常人水平，未能达到天才的敏感程度。对于色彩或者音高音色，语言，举止或环境的细微变化你的感知程度会有些迟缓甚至感知不到任何差别。建议你可以更加仔细观察生活，或者多了解艺术家们的作品以及创作灵感，提高自己的神经敏捷程度。

神经敏捷性

视觉通路
我的得分：7.6分
平均得分：6.8分

视觉通路是指个体接受和处理视觉信息的神经通路，与初级视觉皮层，梭状回面孔区等大脑结构有关。视觉通路的敏捷性一般与快速感知环境的色彩，空间，线条，形状等有关。

语音通路
我的得分：7.9分
平均得分：6.7分

听觉通路是指个体接受和处理听觉信息的神经通路，与角回，颞叶，额下回等大脑结构有关。听觉通路的敏捷性一般与快速获取和识别音量，音色，韵律，额外的社会信息等。

执行通路
我的得分：6.9分
平均得分：6.4分

执行通路是指个体对外界感受进行认知加工并做出反馈的神经通路，涉及额叶，前扣带回等大多数脑区。执行通路的敏捷性一般与快速反应，注意力关系密切。同时，包括对视觉、听觉、触觉、痛觉、味觉、嗅觉和平衡觉等的感知觉效率高。

4.信息加工能力

信息加工能力主要是对信息的接收、存储、操作运算和传送，或对存贮在信息加工系统中的各种符号结构的操作和处理。

我的得分：5.0分
平均得分：5.8分

你的信息加工能力处于平均的水平。对大部分信息你都可以在理解的基础上进行有效提取，并且能用简洁明了的语言总结，通过概括分析理解背后的内涵。但是，你尚且还不能明察秋毫，洞若观火。这可能是由于你所加工的信息不够体系化，在深度和全面性方面也有所欠缺，对信息之间逻辑联系的把握也尚有不足。建议你适当借助工具如思维导图等更加清晰明了地加工信息。

5.表象能力

表象能力是结合现有的材料，通过心理操作，头脑中显现出来形象的能力。

我的得分：8.0分
平均得分：6.9分

你的表象能力很强，你具备较强的空间想象能力，能够比较轻松地将感知到的事物在头脑中进行任意的转换和操作。你的表象转换力和想象力比较灵活，在头脑中可以随意地将平面几何转换成立体几何，并且比较擅长空间旋转。

6.精细动作能力 A+

精细动作能力是个体主要凭借手以及手指等部位的小肌肉或小肌肉群的运动,在感知觉、注意等多方面心理活动的配合下完成特定任务的能力。

我的得分：9.5分
平均得分：9.0分

你的精细动作能力处于平均的水平。你可以较好地控制肢体协调能力，一定程度上也能够控制小肌肉群，做一些相对简单的精细工作，如制作简单的手工作品，做简单的肢体动作如手指游戏等。但完成更为精细的动作对你来说可能会有些困难，如刺绣，微雕，瑜伽等等。建议你增加相应的身体训练，提高协调与灵敏程度。

7.工作记忆能力 A+

工作记忆能力是对信息进行暂时加工和贮存的能力。

我的得分：9.4分
平均得分：7.9分

你的工作记忆能力比较强，在记忆信息方面，你有自己的独门绝技，往往不会采取机械的记忆方法，因此在较短的时间内，你可以储存大量信息。同时你也能够很好地理解和处理信息，能够对信息进行加工提炼并合理运用。

8.计算能力 A+

计算能力是根据法则和运算律正确的进行运动的能力

我的得分：8.9分
平均得分：7.6分

你的计算能力比较强，你具备较好的抽象思维能力，反应速度快，因此你能够在较短时间内完成大量运算，并且保持较高的正确率。你的思维比较灵活，擅于寻求简便算法，这使得你在计算过程中更加得心应手。

9.逻辑推理能力

逻辑推理能力是一种根据外界环境和信息找出其内在的逻辑关系从而推理出符合逻辑关系的结论的能力。

我的得分：5.9分
平均得分：6.7分

你的逻辑推理能力处于平均的水平。生活中大部分的平常事物你都可以很好地分析判断其内在因果逻辑，分条缕析，客观全面，并由此得出中肯的观点，作出较好的判断和选择。当然如果遇到疑难杂事，你可能难以抽丝剥茧，以至于困在问题中找不到答案。建议你遇到棘手问题时保持冷静，尝试理性思考，记录下每一个要点，理清思路，找出不同信息之间的逻辑关联。

10.语言能力

言语能力是基本学习能力的重要组成部分之一，也是个体日常沟通必须具备的核心能力之一。

我的得分：8.2分
平均得分：6.4分

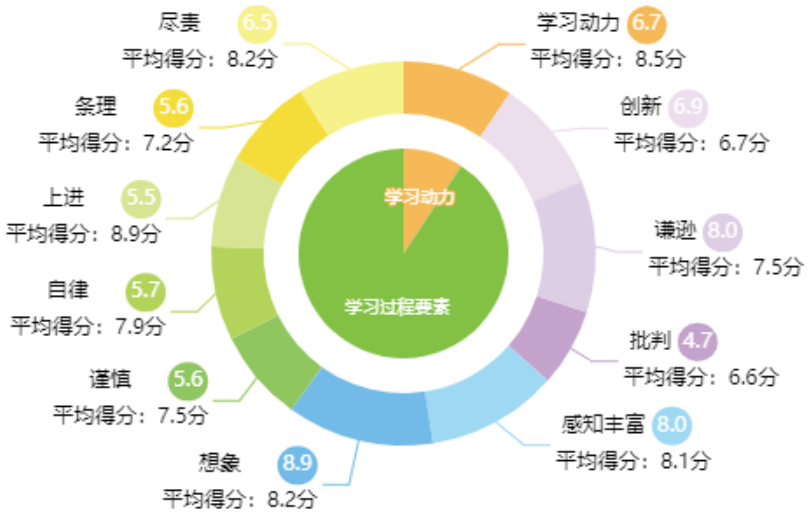
你的言语能力比较强。你在听、说、读、写方面均有不错的表现。你能较好地运用语言工具准确简明地传递信息，往往可以比较顺利地与人交往和沟通。你对于信息的理解能力也比较强，能够将客观概念表述得清晰得体。

学习规划分析 Study planning analysis

我的学习规划综合评价

综合得分：73.3分

能量值：4



我的特征

总体而言，你的学习规划能力有待提高。自主学习动机不足使你在学习过程中往往三心二意，学习过程要素一般使你在规划学习活动时有一定障碍。

我的学习规划能力swot模型

优势-Strengths

你在学习过程中极富想象力和创造力。你对自己有充分全面认识，学习待人有自知之明。你在学习过程中的觉察能力强，较为敏锐。你的学习思维发散，没有路径依赖。你富有责任心，能够在学习生活中轻松规划好自己的学习活动。

劣势-Weaknesses

你对事物的辩证思维略有不足。你在学习过程中努力不足。你在学习的计划性和规律性方面还有较大的提升空间。你不能够谨慎地进行学习。你在学习中缺少及时的自我管理。

机会-Opportunities

你极其丰富的想象力和创造力可以使你在学习过程中更善于面对新奇问题。你能够充分全面地认识你自己，这样，你总能找到适合你的学习方法和计划。你能够敏锐地觉察到学习过程中的细微变化，这有助于你及时调整学习的规划和状态。你具备发散的学习思维，这使你不容易产生路径依赖，在情景变化时，能够及时调整自己。你能够规划好自己的学习活动，如果你能够延续这一习惯，那么你的学习将卓有成效。

威胁-Threats

你对于事物常常不能全面而客观地看待，小心，这可能使你成为被有心人诱导的“乌合之众”。你有点懒散，不够努力，如果你碰到更激烈的竞争，你可能将丧失优势。你对于学习的计划性和规律性还有所欠缺，这不利于你进一步提高。你在学习中，总是十分粗犷，这会成为限制你的“天花板”。学习中，你的自我管理有所欠缺，长此以往，你的学习计划将付之东流。

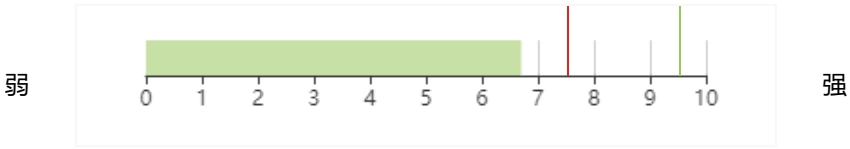
我的学习过程要素

以下呈现了你在影响学习的一些重要因素上的得分。你的想象,谦逊和创新得分较高，表明你会学习过程中极富想象力和创造力，为人低调，做事脚踏实地。对自己有充分全面认识，学习待人有自知之明，学习思维发散，没有路径依赖。但是你在谨慎，自律和上进的得分较低，表明你有时学习过程随意，缺少及时的自我管理，学习过程努力不足

我的学习动力

学习动力是指引发与维持学习活动的驱动力。学习动力的培养和激发能够提高学生学习的主动性和积极性，进而实现自己的学习期望和目标。学生的动力指数越高，对学习的助推力便越强，学习的效果往往越好。你的学习动力还需提高，可能是因为你尚未清醒地认识到学习的意义和价值或者你没有一个明确的学习目标。你的学习自信心水平也许还需要进一步提升，你应该清楚认识到，正确的学习方法和坚持不懈的努力是成功的必由之路。如果你能够制定明确的学习目标并立即采取行动，那么你一定可以不鸣则已一鸣惊人。

浅绿色部分超过9.5则表明你的学习动力水平高于同龄人，低于7.5分，则表明你的学习动力弱于他人



专家建议-如何提高学习动力

1.多与自己对话，了解自己的真实需求，明确人生的目标和价值，告诫自己只有通过努力学习才能实现人生理想。

2.多与世界对话，学习之余为自己创造置身自然的机会，感受万物之美。做一些有意义的事情，触发自己对美好生活的向往。

3.保持对学习和生活的好奇，俗语道好奇害死猫，但事实上并不会。好奇会激发你了解、学习新知识的动力。

4.生命在于运动。注意动静结合，即使再忙，每天也要适量运动，运动释放的多巴胺会缓解学习压力，调节心情，让你能有更加充足的精力投入到学习中。

学习管理能力分析 Learning management analysis

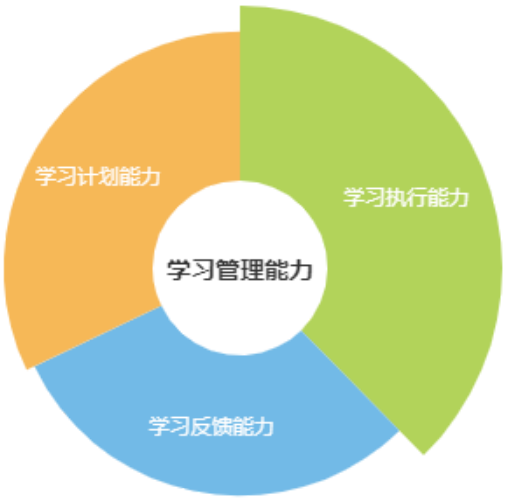
我的学习管理能力

综合得分：54分

能量值：1

我的得分：5.2分
平均得分：7.2分

学习计划是实施学习的第一步。学习计划是否合理有效，是学习成败的关键因素。“若没有计划则意味着失败”，学习不在于无休止的付出，而是在于有计划、有步骤的实现学习目标。同时能够根据学习情况的变化，适时地变更学习计划。你的学习计划能力尚有提升的空间。这表明整体上你可以安排好自己的学习活动，但有时你可能不善于根据目前学习的情况和自身的特点来计划学习进程，这难免会影响学习效率。随着年龄的增长，年级的升高，课业的学习难度会越来越高，你必须要逐渐掌握制定学习计划的能力。



我的得分：6.1分
平均得分：8.1分

学习执行是对学习计划付诸实施的过程。学习计划是前进的路线图，学习执行则是飞驰的列车。千里之行，始于足下。因此，坚持不懈的执行学习计划是保证成功的加油站。你的学习执行能力有待提升。执行力不足往往使你在遇到困难时容易妥协，你需要时刻提醒自己，勉励自己继续坚持。必要时可以采取一些奖励措施从而起到督促作用。

我的得分：4.9分
平均得分：6.3分

学习反馈是指在学习过程中，及时地了解学习过程和结果，以判断学习方法和努力方向是否正确，学习计划的完成情况，学习效果如何等。学习反馈是学习计划中较为高级的能力。你的学习反馈能力还有待提高。你具备一定的监控学习过程并进行反馈的能力，但你的反馈主观性较强，你尚且无法客观全面地反馈当前的学习境况，有时你会将失败归因于同学或老师，可能不善于总结自身的问题，忽视问题的根本会使你在学习中进步缓慢。

专家建议-如何更好的完成学习管理

1.结合课业难度和自身特点，对学习做出不同的应对策略，例如，课前一定要有充分的准备。预习是重要且必须的，找出难点，带着问题去听课，学习效果将会有明显提升。

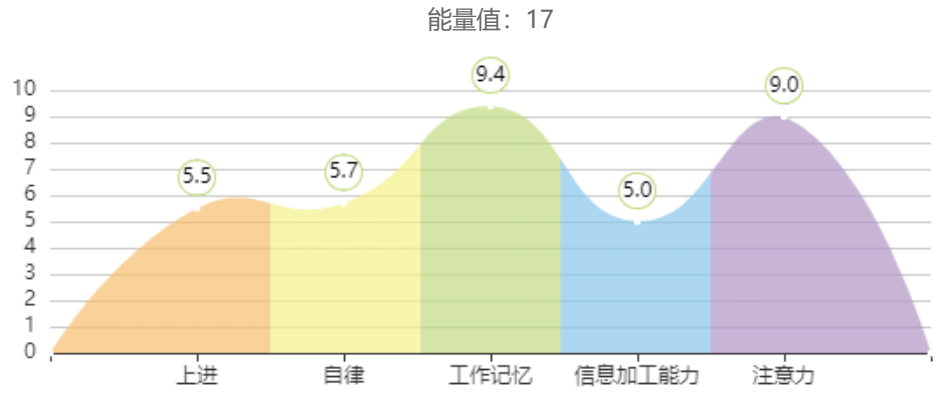
2.尝试从完成简单的小目标开始并坚持下去。实现目标后的成就感能给予你充足的动力。积少成多跬步千里，相信你的学习执行能力会显著提升。

3.在反馈的过程中要实事求是。从自身实际出发作出合理评估，以获得学习的正向反馈。

学习效率分析 Learning effectiveness analysis

我的学习效率

综合得分：82分



我的学习效率概述

学习效率与许多因素有关，良好的学习环境、端正的学习态度都有助于提高学习效率、增强学习效果。排除外界不可控的因素，提高学习效率关键是要合理利用学习时间、沉浸其中，切忌三心二意、朝三暮四。因此高效的学习效率有赖于条理、自律、批判、平静的人格特质，它们作为非智力因素，对学生的学习效率有重要的促进作用。你的学习效率处于平均的水平。你有相当的上进力，这使你可以坚持不断地学习。你在学习中能够克制自己内心的欲望，但是可能无法避免他人的诱惑。你拥有短时工作记忆，可以在一定时间内记住一定量的信息内容并且较为快速地加工信息和做出相应判断。你可以在理解的基础上提取出有效信息，但是在深度和全面性方面可能还有所欠缺。你的注意能力水平较高，能够专注于完成某事，稍有干扰你也可以自控，但有时也难免会分心。

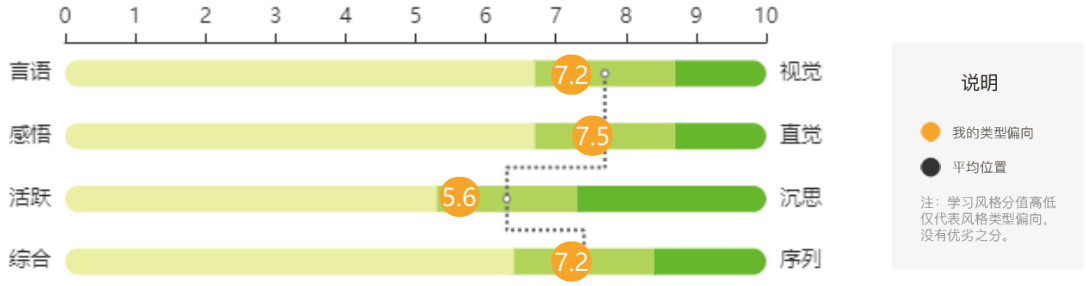
专家建议-如何提升学习效率

1.制定和实施问题解决方案。在学习效率提升的过程中，要以解决问题为导向。即不是你做出了哪些改变，而是你解决了什么问题。比如，最近的学习效率低是因为好朋友和自己吵架，心情不好而导致的。那如何改善朋友关系并不重要，重要的是如何让这件事不要影响自己，从而解决问题。
2.培养学习正念。学习正念是在学习过程有目的的、有意识的，关注、觉察学习的全部过程，对与学习无关的事物不作任何判断、任何分析、任何反应，全身心地投入学习。这有助于当分心出现时能继续投入学习。
3.使用记号笔、思维导图等辅助学习工具。在学习过程中，可以用记号笔标记不同的重点，用思维导图归纳整理知识点和结构，用小便签进行日程规划或制作记忆卡片等，这些小技巧都有助于你提升学习效率。
4.排除杂念，使用注意力工具。你可以借助一些工具辅助自己在可能难以抑制杂念时控制自己。比如使用沙漏将自己的学习时间从两个小时分为25分钟*4的学习时段+5分钟*4的调整时段。

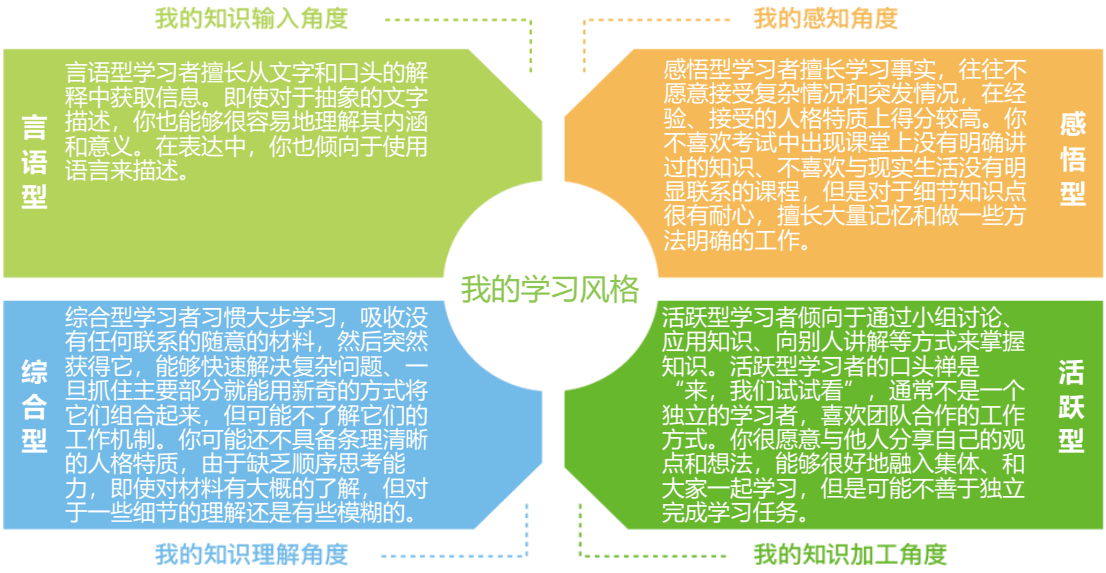
学习风格分析 Learning style analysis

我的学习风格

学习风格又称学习方式、学习模式，是指个体在学习过程中所经常采用的、习惯化的认知和行为方式，是人格特质在学习活动中的体现。个体的学习风格包含知识输入、感知、加工和理解四个方面。



我的学习风格解读



我的优势 言语输入的倾向比较明显，强于大多数同学。这使得你具备较强的言语沟通和理解能力，在语言学科会表现出明显优势。

你是感悟型学习者，擅长学习事实，大量记忆和做一些方法明确的工作。

你是活跃型学习者，你的自学能力可能还不够强，依赖于小组和课堂的学习。

你是综合型学习者，你擅长快速复习，临阵磨枪的效率出众。

我的盲点 你是言语型学习者，如果视觉通路指标不高的话，你可能不善于做可视化学习，如果条理性计划性等指标也低的话，一定程度上影响你的复习效率。

你是感悟型学习者，你不喜欢考试中出现一些课堂上没有明确讲过的知识、不喜欢与现实生活没有明显联系的课程。

你是活跃型学习者，你的自学能力不甚高超，你依赖于小组和课堂的学习。

你是综合型学习者，由于缺乏顺序思考能力，即使对材料有大概的了解，但对于一些细节的理解可能还是有些模糊。

专家建议

每个人都有不同的学习风格，这是基于长期的人格和社会活动习得的。不同的学习风格并没有好坏之分，但根据不同的学习需求，我们可以发挥自己的风格优势，针对性的弥补风格短板，进而使学习风格成为自己学习过程的助力因素。而且学习风格并不是一成不变的，经过刻意的训练和关注，即使我们不常拥有的学习风格也能在特定的学习活动中体现出来。因此，对于学习风格，我们重在理解自己的特征，并且把它们和相应的学习场景匹配起来，便能做到学习收益的最大化。

专家寄语

看完评估报告是不是觉得对自己的了解更多一些了呢？认识自己，是一个亘古的话题。2500年前，希腊人就在德菲尔神庙里刻下了苏格拉底的名言：认识自己。更加科学、全面和深入的了解自己，有助于我们发现未知的自己，明确当下状态，规划未来发展。无论是学习还是生活，以充分的自我认识为基础可以客观发挥自己的优势潜能，不夜郎自大，科学训练提升空间较大的潜能，不妄自菲薄。希望PFF潜能评估可以给你带来全新的自我认识，帮助你走向更美好的人生！

温馨提示

所有结果仅供参考，不代表真实的情况。如果您在某个题目上没有作答，或作答结果明显极端，将按均值呈现报告。某项潜能得分很低表明您可能未能正确理解任务要求，或者分心被干扰，或者系统错误，或者您在当时的情况下没有认真完成任务等一系列情况，并不一定代表您在该项潜能的真实水平。

北京积极心理学协会

学能测评
www.bjppa.com

中国教育科学研究院、团中央、教育部国家级课题“阶梯教学法”与北京积极心理学协会联合推出，由清华、北大、北师大、中科院等高校心理学、脑科学、教育学与AI专家博士团联合开发。