

วิธีค้นหาความเป็นอัจฉริยะ

"วิธีค้นหาความเป็นอัจฉริยะ"

การจะค้นหาความเป็นอัจฉริยะของตนเองพบหรือไม่นั้น ต้องเริ่มที่การรู้จักตนเองก่อนเป็นอันดับแรก เพราะเมื่อรู้จักตน ความต้องการและเป้าหมายข้างหน้าของตนแล้ว การจะมุ่งหน้าไปสู่จุดหมายย่อมไม่ใช่เรื่องยาก

ข้อ 1.เขียนวงกลมวางเหลื่อมกัน 3 วงกลม

วงกลมที่ 1 เขียนสิ่งที่เราเก่งหรือทำได้ดี แม้จะไม่ใช่สิ่งที่เราชอบมากก็ได้

วงกลมที่ 2 เขียนสิ่งที่เราชอบและอยากทำ

วงกลมที่ 3 เขียนสิ่งที่โลกต้องการจากเราโดยให้ใกล้เคียงกับความสามารถของเราที่สุด



เมื่อเขียนข้อมูลครบทั้งสามวงกลมแล้ว ให้ดูข้อมูลทั้งสามวงกลมมีความซ้อนทับกัน เมื่อวิเคราะห์แล้ว จะทำให้รู้ว่าเราอยากมีอนาคตเป็นเช่นไร

ข้อ 2.เขียนวงกลม 3 วงซ้อนกัน จากเล็กไปใหญ่ เขียนข้อความลงในวงกลมถึงสิ่งที่อยากทำ เช่น ถ้าอยู่ในระหว่างเลือกสาขาเรียน

วงกลมที่ 1 เขียนสิ่งที่อยากเรียน

วงกลมที่ 2 เขียนสิ่งที่อยากเรียนมาก

วงกลมที่ 3 เขียนสิ่งที่อยากเรียนมากที่สุด

จากนั้นให้วิเคราะห์ จากวงกลมทั้งสาม ว่า สิ่งใดที่ไม่ได้ เรียนแล้วจะเสียใจมากที่สุด ก็จะเป็น ทราบความต้องการ ของตนเอง

แต่อย่าลืมว่า ข้อความในวงกลมทั้ง สามสามารถ เปลี่ยนแปลงได้ เรื่อยๆ จนตลอดชีวิต และเราต้องไม่จำกัด

ตัวเองอยู่ในความสามารถปัจจุบันเท่านั้น เพราะในความเป็นจริงแล้วชีวิตมนุษย์มีการเปลี่ยนแปลงเสมออย่าง เลี้ยงไม่ได้

"รู้จักความเครียด"

ภาวะเครียดแบ่งได้เป็น 3 ระดับ

1. ไม่มีความเครียดเลย เป็นสภาวะที่ไม่น่าอยู่ เป็นจุดที่จะไม่มีการพัฒนาตนเอง เพราะไม่มีภาวะบีบบังคับหรือ แรงกดดันใดๆ ทั้งสิ้น เป็นสภาวะหยุดนิ่ง
2. เครียดปานกลาง เป็นสภาวะที่ทำให้เรามีความพร้อมที่จะเรียนรู้ เป็นภาวะที่จะทำให้งานประสบผลสำเร็จ เพราะความกดดันตรงนี้จะบังคับให้เราทำงานได้เป็นอย่างดี
3. เครียดมาก เป็นความเครียดที่ทำให้เกิดความกลัว เพราะทักษะความสามารถของเราไม่เพียงพอ เราจึงกลัวว่าจะ ล้มเหลว กลัวอับอาย ทำให้ขาดความสุขในการทำงาน และงานที่ได้ออกมาจะไม่ดีเท่าที่ควร

ดังนั้น คนในปัจจุบันจะต้องดูว่าเรามีความเครียดระดับไหน และต้องจัดการให้ได้ เพื่อจะได้มีสมองที่ดี และ สมบูรณ์ในการค้นหาความเป็นอัจฉริยภาพในตัวเองให้เจอในเวลาเร็วที่สุด

