

<<经典心理测试>>

图书基本信息

书名：<<经典心理测试>>

13位ISBN编号：9787530844458

10位ISBN编号：7530844458

出版时间：2008-1

出版时间：天津科技

作者：郭瑞增

页数：333

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<经典心理测试>>

### 前言

人类的生命成长是一个认识自我、改变自己、超越自我的过程。

只有真正地、全面地认识了自己，才会做出改变自己、实现超越自我，所以认识自我是实现自我发展的前提和基础。

然而认识自我是十分艰难的，不管你高贵还是低俗，优秀还是卑劣，聪慧还是愚钝，在复杂的社会生活中，往往会使心灵迷失方向。

在无暇自我反省的意识形态下，总是自我感觉良好，或者自我感觉糟糕，使自己在生命旅程的岔路口上驻足徘徊，或者陷入困境，无法自救，使心灵饱受折磨。

如何才能破解心灵的密码，使自己能够清晰地认识自己，这是每一个人都十分关注的问题。

心理测试其实就是一把打开心门的金钥匙，它可以通过科学的测验，得出具有说服力的量化数据，帮助你正确地了解自己的真实状况，实现对自己全方位的透析和把握。

心理学是一门应用性极强的学科，随着它的发展与细化，心理学的理论得到了不断的完善和更新，并且越来越丰富和具体。

同时心理学已经被广泛应用于婚恋、社交、工作、学习、管理等各个方面，这也为心理测试提供了更加科学的依据。

所谓心理测试，是以丰富的权威心理学理论为指导，使用科学的操作程序，对人的能力、人格以及心理健康等心理特性和行为进行检测，并得出一些科学数据，做出量化分析，从而比较准确而客观地体现出一个人某些方面的实际状况，帮助受测试者了解自己的心理状态。

## <<经典心理测试>>

### 内容概要

人类的生命成长是一个认识自己，改变自己，超越自己的过程。

心理测试是一把能够打开心门的金钥匙，它会以最准确的、最科学的剖析和诊断，让你更加了解自己的内心，活出真实的自己。

给自己做个心理“CT”，让你更加透彻地看清自己，进一步了解自己的人格、个性、智力、情绪、心态和能力，扬长避短，走出心理困境，积极地进行改变，从而把握自己，把握生活，把握事业，把握健康。

从测试中科学地认识自己，在困惑和迷茫中发现心灵最真实的跳动。

人们需要及时地把自己从自我的包装中剥离出来，透析真我，从而为创造自我、完善自我、管理自我和超越自我提供最可靠的信息和依据。

## 书籍目录

第一章 自我测试——让你更加了解自己你认清自己了吗你是哪种气质类型的人你是一个成熟的人吗你是一个有责任感的人吗你是一个有修养的人吗你是一个稳重的人吗你有危机意识吗你是自己最大的敌人吗你的缺点在哪里

第二章 性格测试——透视性格，把握命运你的性格属于哪一类测测你的性格倾向你了解自己的个性吗你是否善于调动自己的个性你的性格保守吗你的性格对别人的影响有多深你的性格缺陷在哪里你的依赖性很强吗你有足够的耐心吗测测你的性格抗压度

第三章 情绪测试——了解自我情绪，让好情绪伴你一生测测你的情绪类型你的情绪健康吗你能控制自己的情绪吗恐惧情绪测试情绪紧张度测试你是如何缓解紧张情绪的测测你的情绪稳定性你有焦虑情绪吗你有自卑情绪吗你容易产生羞怯情绪吗你有暴力倾向吗你能驾驭愤怒的情绪吗你总是带有敌对情绪吗

第四章 恋爱测试——为你的爱情把把脉测测你的恋爱观测测你的恋爱风格测测你的恋爱感受测测你的恋爱指数测测你恋爱中的麻烦你恋爱中的弱点有哪些你的恋爱心理正常吗你的恋爱心理成熟吗你的恋爱能成功吗你对你的恋人忠诚吗你会令异性一见钟情吗你会失恋吗你能很快走出失恋的痛苦吗你对过去的恋情是否无法忘怀

第五章 婚姻测试——心灵匹配，成就你的美满婚姻测测你的婚姻观测测你们的夫妻关系夫妻之间应该设防吗你是哪一种类型的妻子你是哪一种类型的丈夫你是一个称职的妻子吗你是一个称职的丈夫吗婚姻在你心中占什么位置你喜欢怎样的婚姻生活你的家是否温馨如何度过婚姻厌倦期你家会有“第三者”出现吗是谁在破坏你们的婚姻

第六章 性商测试——还“性”本色，享受“性福”生活你怎么看自己的性测测你的性成熟度测测你的性意识你的性欲强烈吗你的性生活如何你关心你的性事吗你的他性经验丰富吗看穿他（她）的性爱信号

第七章 智商测试——全面了解你的IQ测测你的想象力测测你的记忆力测测你的创造力测测你的观察力测测你的逻辑推理能力测测你对数字的敏感程度你能玩脑筋急转弯吗

第八章 情商测试——把握情绪的调控器你的情商是多少测测你的意志测测你的自主性测测你的乐观指数你是个敏感的人吗从工作中看你的情商欧洲流行的情商测试情商综合测试

第九章 职商测试——选择真正喜爱的领域，才能缔造非凡成就测测你的职场信念职业压力自测你所适合的工作是什么什么样的职业会让你发达你的工作态度合格吗你是个有野心的人吗你是否该跳槽了你能把握住升迁的机会吗你会不会把机会拒之门外在老板眼里你是个诚实的人吗你是否和上司有矛盾你能否得到上司的重视

第十章 财商测试——预见你的未来财富测测你的金钱观念你对金钱看得很重吗你的赚钱欲望有多高你会理财吗你的理财观念是什么你是个理性投资者吗你能实现你的发财梦吗你能把握住发财的机会吗你以后会发财吗测测你下一年的财运

第十一章 社交商测试——透视人脉网络，择取终南捷径你是一个社交高手吗你是哪一种类型的交际者你知道交谈的最佳方式吗你善于自我表达吗你善于处理人际关系吗测测你为人处世的态度你交友的原则是什么你与朋友们相处融洽吗你是否讨人喜欢你有一个好人缘吗你是否容易得罪人你能够很好地独处吗你有社交恐惧症吗你的社交障碍是什么你的交际弱点是什么你能做到随机应变吗

第十二章 能力测试——让你真正了解自身能力测测你的领导能力测测你的决策能力测测你的沟通能力测测你的组织能力测测你的执行能力测测你的用人能力测测你的预见能力测测你的心理抗压能力测测你的分析能力测测你的反应能力测测你的判断能力测测你的理财能力测测你支配金钱的能力测测你的赚钱能力

第十三章 事业测试——港口的灯塔，为你引领事业的巨轮你是一个事业型的人吗测测你的事业目标测测你的事业成功率你能不顾一切去干事业吗何时是你创业的最佳时机你有事业成功的雄心吗你最近在事业上会有很大发展吗你是个事业狂吗你适合创业吗你具备创业者的素质吗

第十四章 魅力测试——神奇的魔镜，照出你的魔力人生你的魅力在哪里女性魅力测试男性魅力测试你会发挥自己的魅力吗你是“万人迷”吗你婚后的魅力是否依然不减你是个浪漫的人吗你是个幽默的人吗测测你的交际魅力测测你的人格魅力“握”出你的魅力

第十五章 潜能测试——全方位勘测，让你的潜能无处隐藏你有多大的发展潜能你隐藏的才能有哪些你有发达的潜力吗，你是否有取悦别人的潜力测测你恋爱的潜力你有竞争的潜质吗你是否具备爱的潜质你成功的潜质是什么你具有百万富翁的潜质吗

第十六章 心理健康测试——心理“CT”，让你直视心灵深处你目前的心理状况如何测测你的自卑心理测测你的自卑程度测测你的虚荣心理测测你的妒忌心理测测你的空虚心理测测你的吝啬心理测测你的自私心理测测你的烦躁心理测测你的逃避心理测测你的自负心理测测你的敏感心理

## &lt;&lt;经典心理测试&gt;&gt;

## 章节摘录

第一章 自我测试——让你更加了解自己“认识自我”是古希腊戴尔菲城神庙上唯一的碑铭，它像一道耀眼的光，表达了人类与生俱来的向往和亘古不变的追求。

如今，随着社会的发展，人们对自我的认识也进入了一个新的时期，他们开始关注自己的优缺点，关注自己未来的发展方向，从不同的侧面发现自己的长处，以求更完美，实现自己的价值。

因为，尼采说过：“聪明的人只要能认识自己，就什么也不会失去。”

你认清自己了吗在平时的生活中，我们总是说很难看透别人是个什么样的人。

如果我问你，你能认清你自己吗？

肯定会有很多人语塞。

是啊，我能认清自己吗？

这是很多人经常考虑到的一个问题，也是一个很难回答的问题。

因为要想了解自己，就得在不刻意掩饰自己的情况下才能看得清，你想真正地认清自己吗？

我们来做一个小测验。

拿出一张白纸，一支笔，然后闭上眼睛，什么也不要想，就在这张白纸上胡画，随心所欲，不要思考

。然后睁开眼睛，你看到了什么？

和下面的情况做个比较。

A.不断重叠的圆形物。

B.一些细长的线条。

C.螺旋状的圆形物。

D.像心的形状。

E.长方形。

F.近似圆的形状。

G.有点像小人的形状。

结果分析选择A：你对生活中的每一件事情都能够有所准备，并加以判断，这就是你的特征。

你是一个非常有活力的人，对人生充满了无限的憧憬，无限的希望；同时你还有着永不服输的精神，你的意志力非常坚强，对任何事都想按照自己的计划和想法来实施。

所以，一旦你的生活中有不如意的事情发生，你就会有很强烈的反应，但如果只是轻微的挫折，你的信心不会动摇，而且会勇敢地面对，这也是你要注意的地方，因为一个人的一生不可能只遇到小的挫折，一旦遇到大风大浪也要勇敢地面对，这才是生活的强者。

选择B：你的魅力在于你那冷漠的眼神。

你是一个自尊心很强的人，你喜欢不断地追求完美，不能接受你自己和你周围的环境有任何你无法容忍的瑕疵，越是已成现实的东西你就越是难以接受；有时候你在自己的心中建起了一堵高墙，你让人无法接近你，让人无法了解你的内心世界。

你是一个非常情绪化的人，喜欢独处，不喜欢在热闹的环境中，所以，你给人一种高高在上的感觉，与别人之间总是有一种隔阂。

工作上的你肯定很优秀，但是生活中的你一定要注意自己了。

选择C：你是一个非常冷静的人。

你从来不会被感情左右，你的心情也不会因感情而混乱，所以你又是一个受家人及亲朋好友信赖的人。

你温文尔雅，为人谦虚，而且懂得礼让，绝对不会向别人提出一些过分的要求。

过分的行动你不会去想，也不会去做，你有自己应有的立场，从不会向别人妥协，你能够很清楚地表明自己的态度。

你非常理性，无论发生任何事情，你都能冷静地处理。

唯一不足的地方就是，你容易给人留下很冷酷的印象。

选择D：你是一个稍微有点神经质的人，个性柔和，而且非常感性，所以你很容易受到别人的伤害。

## &lt;&lt;经典心理测试&gt;&gt;

敏感的你能够很快地觉察到别人的心情，所以有时候你会自己找伤害。

你不喜欢和别人争吵，有时候为了一些不必要的麻烦，你会撒点儿小谎。

你不管到哪里总能给人留下深刻的印象，但很快你就又会平静下来，这可能就是你与平常人的不同之处。

选择E：你是一个非常有才华的人，但你不会恃才傲物，这是你的长处。

你有强烈的自尊心，对自己很自信，总是希望别人能时刻夸赞自己，但有时你很会隐藏自己的希望，不轻易表现出来。

你比较适合做一位理论家。

选择F：你是一个质朴的人。

你不会被外界表面华丽的东西吸引，重视内心潜在的实力。

你不喜欢外表的虚荣，喜欢内在的美。

你在衣着打扮上非常朴素，讨厌奢侈的事物。

由于你的朴素，你不会是个非常耀眼的人，尽管如此，你仍然有很多长处。

你老实忠厚，勤俭节约，而且在工作上非常努力，是个责任感很强的人，值得信任。

选择G：你是个领袖式的人物。

你既文静又诚实，不会受到周围气氛的影响，你很会掌握自己的情绪，所以有很多人信赖你。

你不喜欢过那种奢侈的生活，你的耐力和意志力都很强，对周围的人有很大的影响。

和你这样的人交往，能够让人觉得安心，你是个很有人格魅力的人。

你是哪种气质类型的人气质是心理活动的一种动态特征，和我们平时所说的“脾气”差不多。

气质类型一般分为四种：多血质、胆汁质、黏液质、抑郁质。

你属于哪一种呢？

如实回答下面的问题。

认为非常符合自己情况的加2分，认为比较符合自己情况的加1分，在符合与不符合之间的加0分，比较不符合的扣1分，非常不符合的扣2分。

多血质1.能迅速适应一个全新的环境。

2.善于和各种人交际。

3.在一般情况下，情绪比较乐观。

4.在众人面前不会有拘束感。

5.做什么事情都比别人快。

6.只做自己有兴趣的事情，其余的什么都不想干。

7.讨厌做那些需要耐心和细心的工作。

8.工作学习时间一长，就感到疲惫无聊。

9.疲劳时只需要休息一小会儿就能重新投入到工作中去，而且干劲十足。

10.能够迅速忘记发生过的不愉快的事。

11.接到任务后，想马上把它完成。

12.能够同时关注好几件事情。

13.希望做有挑战性的工作。

14.头脑清晰，反应敏捷。

15.如果遇到不愉快的事情，情绪就会立刻低落下来。

胆汁质1.遇到气愤的事就控制不住，非把心里话说出来不可。

2.和人发生矛盾时，总是先下手为强。

3.非常羡慕那些有克制力的人。

4.每天都有旺盛的精力。

5.高兴时做什么事都感觉到有意思，情绪低落时，什么事情都不想做。

6.对生活、工作、学习始终有很大的热情。

7.喜欢参加气氛热烈的活动。

8.喜欢高谈阔论，不愿和人窃窃私语。



## &lt;&lt;经典心理测试&gt;&gt;

- 9.认准一个方向就会努力实现，不达目的誓不罢休。
  - 10.做事冲动，从来不考虑后果。
  - 11.喜欢各种激烈活动，也喜欢各种娱乐活动。
  - 12.爱看情节起伏较火、激动人心的悬疑类电影。
  - 13.和身边的朋友总处不好。
  - 14.别人说我说话特别难听，可我一点儿也不觉得。
  - 15.遇到兴奋的事也会失眠。
- 黏液质
- 1.做事很稳重，从来不打无准备之仗。
  - 2.喜欢在安静的环境中生活。
  - 3.生活很有规律，从不违反这个规律。
  - 4.碰到不高兴的事，总是能控制自己的情绪。
  - 5.当静下心来做某一件事的时候，从不因别的事情分心。
  - 6.能够长时间做一些枯燥无味的事情。
  - 7.在与人交往的过程中能以平常心对待，不讨好，不鄙视。
  - 8.不喜欢长时间讨论一个问题，喜欢动手去做。
  - 9.理解能力比别人差一点。
  - 10.喜欢做脉络清晰的事情。
  - 11.当老师讲课的时候，总希望他讲得慢一点儿，多讲几遍。
  - 12.做完一件事后，不能很快地转移自己的注意力。
  - 13.认为循规蹈矩比冒险好一些。
  - 14.对工作认真负责，能够始终如一。
  - 15.在短跑时，常常因反应慢而落后。
- 抑郁质
- 1.喜欢独处，不愿和很多人生活在一起。
  - 2.反感那些强烈的刺激，如尖叫声等。
  - 3.遇到陌生人会觉得很不舒服。
  - 4.处理问题时，总是优柔寡断。
  - 5.遇到危险时，有一种强烈的恐惧感。
  - 6.一点儿小事情就会引起情绪的起伏不定。
  - 7.喜欢看那些描写感情和心理方面的书籍。
  - 8.别人都说你抑郁寡欢，你不觉得。
  - 9.有些事情，窝在心里也不和别人讲，宁愿自己胡思乱想。
  - 10.和别人同样的工作强度，总感觉自己比别人累。
  - 11.做同样的工作比别人花的时间长。
  - 12.当自己不高兴的时候，别人很难开导你。
  - 13.喜欢看自己学过的知识，重复自己做过的工作。
  - 14.会背很多古诗和文章，而且比别人记得清楚长久。
  - 15.老师讲的一些新知识，常常不理解，但理解后会记得很牢固。

记分方法计算出每种气质类型的总分。

某种气质的得分明显高出其他三种，均高出4分以上，则可定为该类气质。

如果该类气质得分超出20.9，则为典型型；若该类气质得分在10到20之间，则为一般型。

两种气质类型得分接近，其差异低于3分，而且又明显高于其他两种4分以上，则可定为这两种气质的混合型。

三种气质得分相近且均高于第四种时，则为三种气质的混合型。

结果分析气质类型是指在一类人身上共有的或相似的心理活动特征的有规律组合。

古罗马医生盖伦把气质类型分为四种：多血质、胆汁质、黏液质、抑郁质。

它们的具体表现如下。

多血质：活泼好动，富于生气，反应迅速，行为灵活，情绪发生快而多变，表情丰富，思维、言语和

## &lt;&lt;经典心理测试&gt;&gt;

动作敏捷，乐观，亲切，浮躁，轻率，外向，易动情但情感体验不深。

兴趣广泛但易于变化，注意力易转移。

胆汁质：率真，热情，精力充沛旺盛，反应迅速，情感体验强烈，情绪发生快而强，易冲动，但平息也快。

言语动作急速而难于自制，内心外露，急躁易怒，有顽强拼搏的劲头和果断性，但缺乏耐心，冒失，傲慢，刚愎自用。

黏液质：沉着，冷静，稳重，情绪发生慢而弱，反应较慢，言语、思维和动作迟缓，不灵活，不易转移注意力。

心平气和，不易冲动，内心缺乏热情，坚韧，淡漠。

自我控制能力和持久性强，但易因循守旧，不易改变旧习惯去适应新环境。

抑郁质：感受性强，内向，多愁善感，柔弱易倦，情绪发生慢而强烈，对外界刺激敏感，但反应缓慢，动作迟钝，小心谨慎，不善与人交往，胆小，孤僻，忸怩，遇困难或挫折易畏缩。

当然，气质没有好坏之分，不同的气质类型的人都能找到适合自己的位置。

什么样的人才算是一个成熟的人呢？

一般来说，一个人生经验丰富的人通常是一个成熟的人。

这样的人不管做什么事都对自己很有信心，相信自己的实力。

在工作中，能够很镇定地接人待物，即使遇到再大的挫折也不会放弃；在生活中，他们是家庭的顶梁柱，是主心骨。

你呢？

你是一个成熟的人吗？

如实回答下面的问题。

1.如果在一场篮球赛中输了，你通常的做法是什么？

A.找出失利的原因，回去好好锻炼，争取在下一场比赛中赢回来。

B.佩服对手的水平高，自叹不如。

C.认为对方就是球打得好一点，没什么了不起的，自己在别的方面比他强多了。

D.认为胜负乃兵家常事，无所谓。

E.认为对方这次赢，主要是运气好，如果自己运气好的话也能赢。

2.当在人生的道路上遇到重人挫折时，你的想法是什么？

A.这辈子我是完了。

B.也许我还能在其他方面获得成功，来补偿这方面的失败。

C.不甘心失败，决心不惜付出一切代价，一定要灾现自己的梦想。

D.没什么火不了的，我再做其他的事情，随时改变自己的目标。

E.我本来就不应该抱这么高的期望。

3.别人喜欢你的程度怎么样？

A.有一些人很喜欢我，但另外一些人很讨厌我。

B.一般人都很喜欢我，但没有人把我当作知心朋友。

C.没有人喜欢我。

D.大多数人在一定程度上喜欢我。

E.我不知道别人怎么看我。

4.一般情况下，和你意见不是太一致的人都是哪种人？

A.想法怪异，难以理解的人。

B.没有什么文化知识的人。

C.有相当的理由坚持自己看法的人。

D.生活经历和我不一样的人。

E.人生经验比我丰富的人。

5.对待争执这个问题，你持什么态度？

A.随时准备进行激烈的争论。



## &lt;&lt;经典心理测试&gt;&gt;

- B.只对自己感兴趣的问题才争论。  
 C.我很少和别人争论问题,我喜欢自己静静地思考各种观点的利弊。  
 D.我不喜欢争论,尽量避免和别人争论。  
 E.无所谓。
- 6.受到别人的指责时,你通常的反应是什么?  
 A.问清楚别人为什么指责我,自己在哪些方面做错了。  
 B.保持沉默,毫不在意,将一切指责放到脑后。  
 C.也对他进行指责。  
 D.尽量照别人的意思去做。  
 F.如果自己是对的,就为自己辩护。
- 7.如果在工作或学习中遇到困难的时候,你通常会怎么做?  
 A.向那些比我懂的人请教。  
 B.仅仅向我的亲朋好友询问。  
 C.我总是尽自己的最大努力去独立完成,实在不行的话,再去请求别人帮忙。  
 D.不管多大的问题,我都自己挺起来,决不向别人请教。  
 F.我想请教别人,但没有发现对自己有帮助的人。
- 8.在与别人的交往过程中,你通常怎么做?  
 A.故意做一些小动作以引起别人对我的注意。  
 B.希望别人注意自己,但又不想明显地表现出来。  
 C.希望别人注意自己,但决不会去刻意追求。  
 D.不希望别人注意到自己。  
 E.对于别人是否注意自己,我从不不在乎。
- 9.在街上有很多人看手相,测八字来算命,你怎么看?  
 A.我认为算命能了解过去和未来,而且很准,我特别相信。  
 B.我觉得算命人多是骗钱的。  
 C.我不清楚算命到底准不准。  
 D.我从不相信算命人能知道过去和未来。  
 E.我知道算命是迷信,是不可信的,但有时我会去算上一下。
- 10.你认为怎样对待社会生活环境才是正确的态度呢?  
 A.使自己适应周围的社会生活环境。  
 B.尽量利用生活环境中的有利因素发展自己。  
 C.改变生活环境中的不良因素,使自己的生活环境变得更好。  
 D.遇到不良的社会生活环境,就下决心脱离这个环境,争取调到别的地方去。  
 E.不管生活环境如何,我都要努力奋斗,无愧自己的一生。

根据你的答案,对照计分表,统计自己的总得分。

结果分析如果你的总得分是负数,那么就说明你还很年轻,还很幼稚,处理社会生活问题还不成熟。你还喜欢凭自己的一点粗浅的直觉印象和一时的感情行事,容易冲动,鲁莽,做事不顾后果,不识大体。

或者相反,你总是遇事畏缩不前,害怕出头露面,孤独而且容易自卑。

你有时很容易得罪人,也很容易被别人蒙骗,你在社会生活中会处处碰壁,无法很好地实现自己的理想和目标。

你对现代社会生活的要求很不适应,你必须设法使自己尽快地成熟起来。

0~30分:说明你还不是一个很成熟的人,你还不善于处理生活中的各种问题和矛盾,不善于观察是导致问题出现的原因,不能很好地预测到自己的行为带来的后果,你还不能很好地适应这个复杂的现实社会。

31~60分:你属于中等水平的成熟者。

你有一定的社会经验,对生活中的一些事情把握得比较恰当,但有时对另外一些事情还不能很好地把

<<经典心理测试>>

握，甚至对一些问题束手无策或者处理不当。

在这种情况下，你还需要慢慢磨炼。

61分以上：说明你是一个非常成熟的人。

你见过很多世面，可是说是见多识广。

在社会中，处理什么问题你都能够游刃有余，知道哪些方式是有效的，哪些方式会造成不良后果，从而选择一种最佳的处理方案。

你通常是别人请教和效仿的尊者。

## <<经典心理测试>>

### 编辑推荐

《经典心理测试》由天津科学技术出版社出版。

人类的生命成长是一个认识自我、改变自己、超越自我的过程。

只有真正地、全面地认识了自己，才会做出改变自己、实现超越自我，所以认识自我是实现自我发展的前提和基础。

然而认识自我是十分艰难的。

如何才能破解心灵的密码，使自己能够清晰地认识自己？

心理测试其实就是一把打开心门的金钥匙，它可以通过科学的测验，得出具有说服力的量化数据，帮助你正确地了解自己的真实状况，实现对自己全方位的透析和把握。

从科学的测试中，了解自己。

从细致的分析中，把握自己。

从深刻的反思中，改变自己。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>