

上班族

明天會更好

在美國，力爭上游的上班族不在工作時戴戒指，

why ?

在日本，失敗的中小企業負責人

成立了互相砥礪的「八起會」，

他們發現，自己的資質不良是公司倒閉主因。

這些企業終結者到底 錯在哪裡？

日本精神醫學權威—

齊藤茂太 為上班族把脈！



You will know who you are. You will know who you are.

譯者／胡曉

作者／齊藤茂太 監修

You will know who you are.

You will know who you are.

上班族明天會更好

《指數測驗大全集》



01

作者／ 齊藤茂太 監修
發行人／ 邱琮傑
譯者／ 胡 囍
主編／ 胡慧文
美術編輯／ Joe
出版社／ 上硯出版社有限公司
地址／ 台北縣中和市中山路三段110號7F之6
電話／ (02)8221-5697
登記證／ 行政院新聞局局版臺省業字第727號

總經銷／ 錦德圖書事業有限公司
地址／ 台北縣中和市中山路三段110號7F之6
電話／ (02)8221-5697
傳真／ (02)8221-5712

出版日期／ 二〇〇〇年六月／初版
定價／ 210元

WATASHI HAKKEN NO SHINRL JIKKENSHITSU by SAITO Shigeta
Copyright (c) 1996 by SAITO Shigeta
Originally published in Japan by KAWADE SHOBO SHINSHA, Tokyo
版權代理◎京王文化

《版權所有・翻印必究》

本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回公司更換。

上班族明天會更好：指數測驗大全集／齊藤茂
太作；胡囍譯．--初版．-- 臺北縣中和市
：上硯，2000 [民 89]
面； 公分．--（照鏡子系列：1）

ISBN 957-0483-21-0（平裝）

1. 心理測驗

179

89006650

，千龔照人即鄰

聰明人照鏡子，

聰明人照鏡子，

聰明人照鏡子，

聰明人照鏡子，

聰明人照鏡子，

聰明人照鏡子，

聰明人照鏡子，

， 變長 的 自 照

照自己的外貌，

照自己的外貌，

照自己的外貌，

照自己的外貌，

照自己的外貌，照自己的外貌，

照自己的外貌，

照自己的外貌，

照自己的外貌，

照自己的外貌，

自己的內心
平臨見与臨

。心內
也照自己的內心。

也照自己的內心
平臨見与臨

也照自己的內心。

也照自己的內心。
平臨見与臨

也照自己的內心。
平臨見与臨



01

上班族

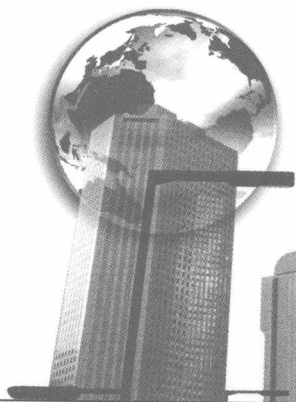
明天會更好

指數測驗大全集

作者／齊藤茂太

譯者／胡 囍

上硯出版社 出版



◆老實說測驗

上班族真心指數 自我評量

- 從睡相窺見你的心事／14
- 從個性看職業性向／18
- 從投資生財之道看生活態度／22
- 從說話習性看你的自我表現欲／25
- 從醉酒時的反應看心事／28
- 線條繪畫透視心底潛意識／31
- 從手形看心性／34
- 從髮質看個性／39
- 從色彩看心情／42
- 從話題窺探你的心理壓抑／44
- 從體型透視性格／46
- 從家中排行透視你的性格特質／49

◆人際關係透視測驗

上班族人氣指數 自我評量

你有成為職場萬人迷的潛力嗎？／58

小動作決定第一印象／60

從雙手交握的方式判斷個人勝任的職務／63

從笑開的嘴型看你是否能守密？／65

你是對第一印象執迷不悟的人嗎？／68

從對素昧平生者的招呼態度窺知你的可信度／71

從吧台座位測知你的社交能力／74

你是容易被他人欺的可憐蟲嗎？／78

從餐桌習慣透視你的本性／81

從主張意見的態度看你的協調性／85

從雙方距離看親密度／87

從鼻形看人際關係／90

你是人見人嫌的社交敗將嗎？／94

從西服的喜好看你的可信度／97

從興趣看交際手腕／100

由寵物類別看人際關係／103

一句話判斷你的協調性／106

◆投石問路看愛情



上班族春天指數 自我評量

妳適合結婚還是不婚？／114

從家中排行看妳和另一半的速配指數／117

- 婚前交往形態決定婚後生活的幸福／120
 從相互的稱謂看夫妻的親密度／122
 你是愛偷腥的貓兒嗎？／125
 從擇偶條件透視你的自卑情結／128
 從注視女性的眼光透視你的精神年齡／131
 從目光看你的誠意度／134
 從穿著的色彩透視你的心理狀態／136

◆全方位能力透視測驗

上班族自我魅力 再發現

- 從口頭禪測試你的流行度／142
 從遲到的藉口看你的企畫能力／145
 從字形看個性／149
 從臉形知性情／152
 從額頭看你的腦力／155
 從偏好的畫風看你的行動力／159
 從偏好的酒店看你的競爭意識／162
 從手握話筒的習慣看你的金錢觀／165
 從走路姿態看你的生活力／169
 從領帶判斷你的就業性向／172
 從髮型透視你的美感／175

從眼形看你的行事風格／178
從偏好的曲風看你的生活態度／180

◆你是否能出人頭地？

5 上班族預知未來 成器指數

- 從睡眠時間看你可否成大器／186
從習慣動作看你可否成大器／189
從偏好的電車座位看你可否成大器／192
從用錢習慣看你可否成大器／196
從耳形看你的運勢與生活態度／199
你是否會成為企業瘟神／202
你是否具有領導者的性格特質？／204
從仲裁糾紛看你的危機管理能力／208
從犯錯時的態度看你可否成大器／211
如果上戰場你會是出類拔萃的將材嗎？／214
從問題意識看你的工作能力／217
從生理時鐘看你的工作效率／220
你是逢賭必輸的賭局常敗軍嗎？／223
你是遊說高手嗎？／226
你是否罹患「燃燒怠盡症候群」？／228

趣味心理講座

- ①自我心理檢測法／52
- ②口才不佳是性格的錯嗎？／53
- ③誰是罹患壓力疾病的高危險群？／54
- ④如何拍對馬屁不討人嫌／109
- ⑤如何發揮幽默感？／110
- ⑥最理想的「I型夫婦」／138
- ⑦腦力退化自我檢定／183
- ⑧如何讓靈感如泉湧？／230

ICLMC 1

上班族真心指數 自我評量

◆老實說測驗

TEST 1 從睡相窺見你的心事

只要是身心正常的人睡覺時必定會翻來覆去，這就是所謂的「睡相」。

睡眠研究專家發現，人處於「快速眼動睡眠」時，肉體癱瘓無力，意識卻活動旺盛；而當進入「非快速眼動睡眠」時，腦部雖然得以休息，手腳卻不安份起來，有的人一晚甚至能在不知不覺間反轉三百六十度。

睡相向來被認為能夠反映個人的心理與健康狀態，例如胃腸衰弱、神經質的人愛趴睡；身體健康、處事大而化之的人多半仰睡。

心理學家則進一步從「睡相」閱讀人的潛意識，美國的當凱爾博士即對此提出他的學說。請問你符合他所說的哪一種睡相呢？

- ①側躺抱膝。
- ②放鬆身體自然側躺。
- ③趴睡。
- ④睡成大字。
- ⑤蒙著被子睡。
- ⑥立著膝蓋睡。
- ⑦雙腿夾著棉被或枕頭睡。
- ⑧手放在胸口睡。