

为你提供了解自己的最好途径，帮你诠释最精彩的心灵境地。



在测试中发现内心

了解最真实的自我



女性最爱做的 180个 心理游戏

在游戏中发现自己 选择最幸福的人生

姚会民 ◎ 编著

天津科学技术出版社

女性最爱做的 180个 心理游戏

姚会民◎编著

天津科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

女性最爱做的180个心理游戏/姚会民编著. —天津: 天津科学技术出版社, 2008.10

ISBN 978-7-5308-4752-7

I. 女... II. 姚... III. 妇女心理学—通俗读物 IV. B844.5-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第128428号

责任编辑: 刘丽燕

责任印制: 王 莹

天津科学技术出版社出版

出版人: 胡振泰

天津市西康路35号 邮编 300051

电话 (022) 23332398 (编辑室) 23332393 (发行部) 27217980 (邮购部)

网址: www.tjkjbs.com.cn

新华书店经销

北京合众伟业有限公司印刷

开本 710×1000 1/16 印张21.5 字数250 000

2008年10月第1版第1次印刷

定价: 36.00元

前言

PREFACE



走进一个真实的自己

在古希腊的戴尔菲神殿上，刻着许多智者的箴言，其中有这么一句话：你，了解自己吗？看到这简简单单的几个字，每个来到这里的游人都会驻足凝望、思索良久。了解自己，好像是很简单的一件事情，可真的如此吗？

最初接触这个问题的时候，你可能觉得这个问题很好笑？但是当你坐下来独自沉思时，当你坐在镜子前注视着自己时，你或许会问：“我是谁？我到底是一个什么样的人呢？我真的认识自己、了解自己吗？”

其实，了解自己是一个古老而永恒的话题，尤其是生活在这个复杂而多变的世界当中，我们常常会在人生的十字路口驻足、徘徊，以致最后陷入困境，迷失自我，使心灵饱受折磨。尤其是现代社会的女性，她们是流行和时尚的领跑者，构筑成生活中的一道道耀眼的风景。但是亮丽风景的背后，难免会有几多迷惑？

我们知道，情感生活占据了女性生活中的重要位置，但是情的起伏、性的困惑、归宿的迷茫，使身处情感漩涡中的女人几多彷徨

徨，几多疑虑。究竟什么是爱情？究竟什么是婚姻？究竟谁是自己心目中的白马王子？究竟谁最终能够与自己共度一生？

穿梭在时尚和流行之间，你对时尚无动于衷，还是做了时尚的奴隶？你对时尚能否取精去芜，自己的性格气质和内在精神追求，从时尚中升华而出？你能否发现自己身上最耀眼的光芒，尽情展示自己的独特魅力？相信这些都是每一个爱美的女性十分关注的问题。

不可否认，成功，是所有人都在追求的目标，但是要成功就必须有资本。相比而言，很多人都认为男人有勇气，有胆识，有魄力，有拿得起放得下的豁达和洒脱，但女人就缺少这些资本。其实不然，女人也有属于女人的独特，女人也一样拥有成功的资本，诸如高情商、高职商、高财商。那么，作为女人，你发现自己身上这些独特优点了吗？

本书中的“心理测试”就是一把解开这些问题的“钥匙”，它能够帮助你找到答案，并且与众不同。当你看到测试答案时，或许你会恍然道：“原来我是这样的！”而此时的你定会发现一个全新的自我，找到迷宫的出口，从而拥有一片更加广阔的天空。

那么，你，准备好了吗？

从现在开始，揭开书页——一切都变得不再神秘。

目 录

CONTENTS



1 图解测试篇

——解密女人最真实的世界

你做过这样的测试吗？通过图画来探寻自己的心理。其实，图画是最有效的直达人内心的工具之一。生活中，人们常常能够通过对图画的构思或者介绍，对自我进行深刻剖析。在享受图画带来愉悦的同时，对自己也多了一份了解。而且，从某种意义上来说，每个人都是天生的作画者，天生的解读者。那么，你想不想做一下图画心理测试呢？不妨拿起手中的笔，满足一下自己的好奇心。

1. 连接电话线——从画看沟通能力 2
2. 设计你的家——由画看婚姻 4
3. 导演他人的故事——发现心中的渴望 7
4. 画想象中的另一半——了解你喜欢的丈夫类型 10
5. 画出你想象中的树——了解真实的自己 13
6. CMI健康调查——给身心健康多一点关注 17
7. P—F study——欲求不满时你反应如何 19
8. 选你喜欢的图画——了解你在爱情中害怕什么 22

- 9. 画张自画像——全面认识自己 26
- 10. 画张动态全家福——发掘他人眼里的自己 29
- 11. 勾画内心的风景——全面剖析自己 31

2

女性情感篇 ——探索女人最心动的感觉

第一章 他是不是你的Mr.Right

执子之手，与子偕老。不管你是否相信缘分，作为一个青春烂漫的女孩儿，你肯定渴望遇到那个能够与你共度一生的Mr.Right。你会对谁一往情深，你心目中的白马王子又是什么模样？他是个活泼开朗的阳光大男孩，还是稳重成熟、彬彬有礼的绅士？你会在街角的拐弯处遇见他，还是他会出现在你经常去的咖啡厅？你肯定很渴望知道这些问题的答案吧，那么，就动一下你手中的笔，来做下面的测试吧！

- 1. 看颜色，知恋人 36
- 2. 你和他会在哪里邂逅呢 38
- 3. 他是你的白马王子吗 39
- 4. 一封信测出他的喜好 40
- 5. 如何让喜欢的他“上钩” 41
- 6. 你相亲的成功率有多高 43
- 7. 丘比特之箭会绕过谁 45
- 8. 撕开白纸看他是个什么样的人 46
- 9. 他值得你托付一生吗 48
- 10. 为什么他还没有出现 49
- 11. 青春痘占卜爱情 51

12. 如果一星期有八天	53
13. 谁是令你倾倒的男孩	54
14. 你的他是一个什么样的人	55

第二章 你和他缘分有几何

柏拉图曾经说过：“当爱神拍你的肩膀时，就连平日里那些不知道诗歌为何物的人，也会在突然之间变成一个诗人。”很多人都知道，缘分是可遇而不可求的。因此，缘来的时候，就应该学会好好地珍惜这份缘分；而一旦缘分尽了，也只能淡然地潇洒地说声“好走”。俗语云“百年修得同船渡，千年修得共枕眠”，在爱情中，你与他的缘分又有几何呢？

1. 测一测你和他的心理契合度	59
2. 你们在一起会不会幸福	61
3. 你的爱情倦怠期有多长	62
4. 你们的爱情为什么只开花不结果	65
5. 你的爱情占有欲有多强	66
6. 你们的恋情潜伏着危机吗	67
7. 密码也会泄露你的情感秘密	70
8. 他对你是否一心一意	71
9. 他对你的好感有几分	72
10. 你会抢好朋友的男友吗	73
11. 你能和相爱的人长相厮守吗	74
12. 了解你生命中的那个他	75
13. 你的结婚欲望强烈吗	77
14. 情敌在不在你身边	78

第三章 爱情中，你是哪种角色

泰戈尔如是说：“爱就是充实了的生命，正如盛满了酒的酒杯。”每个女人的生命中，都不能够也不应该缺少爱情，否则她的生命会如同一口枯井，了无生趣。可是，面对爱情，你是坦然以对，还是被它冲昏了头脑？你的爱情EQ有多高？你在其中到底扮演一个什么样的角色？也许，测试会帮你解开这个谜！

1. 你有多浪漫 80
2. 你的思想被爱情钝化了吗 83
3. 失恋的伤痛多久能痊愈 85
4. 你的爱情自私度有多高 86
5. 你的爱情EQ有多高 88
6. 恋爱中的你会遇到什么麻烦 89
7. 你有爱情恐惧症吗 92
8. 你会因为什么放弃爱情 93
9. 你拥有“奴役”男人的天赋吗 94
10. 手提包泄露你的爱情秘密 97
11. 恋爱中你有什么弱点 99
12. 你能感受到情人的心思吗 100
13. 对他会不会管得太多 101
14. 你会是个负心的女人吗 102

第四章 该怎么看待自己的婚姻

生活中，每个女人都羡慕神仙眷侣般的夫妻生活，都希望自己能够成为幸福童话中的女主角。塞缪尔曾经说过：“婚姻的成功取决于两个人，而一人就可以使它失败”。长期的婚姻生活中，磕磕绊绊在所难免，有时候甚至会影响婚姻的质量。只是，身为女人，你能够驾驭自己的婚姻生活吗？

1. 你的结婚欲望强烈吗	104
2. 你适合怎样的婚姻生活	105
3. 目前的你适合结婚吗	107
4. 你是个让人讨厌的醋坛子吗	108
5. 你对伴侣哪方面最宽容	109
6. 你很期望“嫁入豪门”吗	110
7. 你认为夫妻之间应该有秘密吗	111
8. 你是一个合格的妻子吗	112
9. 你能与丈夫同甘共苦吗	113
10. 爱情与面包, 你怎么选择	114
11. 你会是个怎样的太太	115
12. 你会使用家庭暴力吗	116
13. 你们夫妻关系如何	117
14. 是谁在破坏你们的婚姻	121
15. 你家会有“第三者”出现吗	124

第五章 学会享受“性”福生活

性, 无论是为了生殖还是为了欢娱, 都能够给人带来回味, 带来满足, 带来期盼。它是人的一种本能追求, 可以使身体更健康, 婚姻更美满, 生活更浪漫。现代社会中, 不管是传统、保守、腼腆、矜持的女性, 还是向来就具有独立地位和权力的男性, 他们都一样拥有追求性爱的权利。弗洛伊德曾经说过: “禁欲的生活是不可能的。”因此, 人们所应该做的就是轻松享受“性”的乐趣。

1. 你的性成熟度有多高	126
2. 了解自己的性意识	130
3. 你的性欲强烈吗	133
4. 你适合婚前同居吗	136

5. 你敢表达自己的性欲吗	138
6. 你对性有多坦然	139
7. 生日蜡烛窥探你的性趣	140
8. 从双脚窥测他的性心理	141
9. 测测你的好色指数有多高	142
10. 发现你的真“性”情	143
11. 你的性商有多高	146
12. 你会如何对待一夜情	151
13. 看穿他的性爱信号	152

3 女性魅力篇

——发现女人最耀眼的光芒

第一章 性格，你了解多少

现实世界中，人与人的性格是不尽相同的，正如同世界上没有两片相同的树叶一样，世界上也不存在性格完全相同的两个人。观察我们身边的每一个人，不难发现，有的人成熟稳重，有的人暴躁冲动，有的人热情开朗，有的人冷漠淡然，有的人客观理性，有的人主观武断……那么，你认识自己的性格吗？

1. 了解自己的个性吗	154
2. 你是性格保守的女人吗	156
3. 你性格的弱点在哪里	157
4. 看口红，识女人	160
5. “石头、剪刀、布”看你的性格	161
6. 你的性格是什么颜色	163

7. 暮色苍茫看性情	165
8. 乘公车测性格	166
9. 你的依赖性有多强	167
10. 你是一个容易冲动的女人吗	168
11. 你会如何面对500万的大奖	171
12. 你会不择手段打击你的敌人吗	172
13. 看指甲, 知性格	173
14. 笑容露出你的心机	174

第二章 你是个会说话会办事的女人吗

现代社会是一个开放而广阔的社会, 人际关系的重要性不可忽视。身为女性, 不管你身处职场, 是一个风光的职业女性, 还是待在家里, 做一个全职的家庭主妇, 交际都是不可避免的。那么, 在交际中, 你能够处理好社交中的每一个环节吗? 你能够把每件事情都办得妥妥帖帖, 把每句话都说到人的心坎里吗? 不妨通过本章的测试, 来对自己做一个综合评价。

1. 你有多少大小姐脾气	175
2. 你善于说谎吗	178
3. 在朋友眼中你是个怎样的女人	179
4. 你是善解人意的女人吗	180
5. 你会“说话”吗	182
6. 你交际的弱点在哪里	184
7. 你有社交恐惧症吗	185
8. 你是否容易得罪人	187
9. 你有一个好的人缘吗	188
10. 从用餐的角度看交际	192
11. 测一下你的交友原则	193

第三章 你是个情绪化的女人吗

生活中，每个女人都会遇到不如意的事情。有的女人会为此大发雷霆，结果事情并不会因你的愤怒而得到解决，反而会变得更糟。而有的女人则是每临大事有静气，可以很好地掌控自己的情绪，她们往往会峰回路转，立于不败之地。因为情绪是天使与魔鬼的综合化身，调控得好，常常会助你一臂之力，反之则会给你带来噩运。生活中的你，是怎样一个情绪化的女人呢？

1. 你是一个容易自卑的女人吗 194
2. 你有孤僻的倾向吗 198
3. 浮躁的年代，你是否具有浮躁气息 199
4. 你是个完美主义者吗 201
5. 你容易产生羞怯的情绪吗 203
6. 你的贪婪指数有多高 206
7. 你是一个虚荣的女人吗 207
8. 你能控制自己的情绪吗 210
9. 你情绪化的指数有多高 212
10. 你经常会为琐事烦恼吗 213
11. 你是一个自信的女人吗 215

第四章 你的魅力有几分

魅力是女性的综合指数，是从女性的身体内部和心底深处自然而然地涌动、喷发、流露出来的一种气韵，是一个人在性格、气质、能力、道德品质等方面吸引人的力量。生活中，你有没有让人惊艳的美丽和超凡的魅力？你知道如何让自己成为人群中最耀眼的焦点吗？那么，走进本章的测试吧，帮你发现一个不一样的自己。

1. 你是哪种魅力女生 217
2. 你拥有哪种超级魔力 220

3. 你对名牌的免疫力有多强	221
4. 测一测你的魅力在哪里	222
5. 你留给别人的第一印象是什么	224
6. 你是哪种美丽“妖精”	225
7. 从买衣服测你的成熟度	228
8. 婚后，你的魅力是否依旧	230
9. 浪漫与你伴随吗	231
10. 你拥有幽默这块无价之宝吗	232
11. “握”出你的魅力	234
12. 你的肌肤中毒有多深	235
13. 你也宁愿为美“挨刀”吗	237

4 女性资本篇

——挖掘女人最深刻的潜质

第一章 测一下你的EQ有多高

传统观点认为，决定人生成败的关键因素是智商，但是现代社会无数成功的事实表明，决定人生命运的80%的因素来自情商，情商才是一个与你的未来成就及幸福密切相关的因素。它是开启心智的钥匙，是获得成功的力量源泉。生活中的你，是一个高情商的女人吗？下面的这个测试，或许会给你一个明确的答案。

1. 灾难面前，你怎么应对	240
2. 你的情商有多少分	243
3. 你有足够的意志力吗	246
4. 你和乐观是否有缘	249

5. 你能顺利走出人生低谷吗	251
6. 面对灾难, 你的心理承受力有多强	252
7. 你能否处乱不惊	255
8. 你有危机意识吗	256
9. 你能识别自己的情感状态吗	257
10. 测测你的自主性	258

第二章 事业, 女人也该拥有

曾几何时, 事业被当作是男人的专利, 女人好像与其无缘。但是, 随着社会的发展和人们观念的改变, 女人越来越多地走出家门, 走向职场, 开始开创属于自己的一份事业。你有没有这样的野心? 有没有创业的DNA? 这些心理测试或许能够帮你找到直观深刻的答案, 在创业上助你一臂之力。

1. 你认为事业是男人的事情吗	261
2. 你是事业型女性吗	264
3. 你能否得到上司重视	266
4. 当老板, 你现在够格吗	267
5. 你是否具备创业DNA	269
6. 你适合做公关工作吗	271
7. 爱情与事业, 哪个在你生命中最重要	273
8. 是什么束缚了你事业的发展	274
9. 脚步形态知成败	276
10. 你能成为世界顶尖人才吗	277
11. 你能抓住事业发展的机遇吗	279
12. 你是怎样的M-ZONE人	280

第三章 做个轻松的职场丽人

现代社会，女性已经不满足于在家相夫教子，做个贤妻良母了。可以发现，越来越多的女性开始走进职场，显示“巾帼不让须眉”的魄力。但是你对自己目前的工作满意吗？你能够应付繁重的工作带来的种种压力吗？本章测试或许能够帮助你找到自己工作中的优缺点，让你成为轻松的职场丽人。

1. 你对自己的工作满意吗 283
2. 你的工作态度及格吗 288
3. 你的工作狂指数是多少 290
4. 你是否该跳槽了 293
5. 你会被时代抛弃吗 294
6. 测一测你最近的工作运如何 295
7. 测测你的工作压力有多大 296
8. 面对压力，你怎么做 297
9. 你适合从事什么样的工作 298
10. 工作能让你感受到快乐吗 299
11. 你是哪种白领女性 301
12. 办公室里，你是哪种角色 302
13. 你是办公室万人迷吗 303

第四章 金钱在你生命中有多重

当今社会，金钱是衡量一个人成功与否，评价一个人能力高低的重要标准。如何让自己拥有更多的金钱，是每个人孜孜以求的目标。的确，金钱能够让你的生活变得更加优越，能够让你的人生走得更加轻松。但是你有赚大钱的本能和潜力吗？你能成就自己的发财梦想吗？不妨走进本章的测试，或许能帮你洞察你是否有发财的潜质。

1. 要怎样你才能更富有	306
2. 你了解自己的理财观念吗	308
3. 你的钱商有多少分	309
4. 靠存钱能发家吗	313
5. 你有着怎样的金钱观念	314
6. 你是天生的守财奴吗	315
7. 为了钱你可以放弃什么	317
8. 你赚钱的欲望有多高	318
9. 测试你的花钱态度	320
10. 有了钱，你会怎么样	321
11. 你是个理性的投资者吗	322
12. 敢问赚钱之路在何方	324
13. 你能实现自己的发财梦吗	325
14. 你可能成为“富婆”吗	327
15. 什么工作让你发财更快	328