

EQ

psychological test

生活中的情商心理全攻略

情商

心理学测试

张笑恒◎编著



当代世界出版社

B842

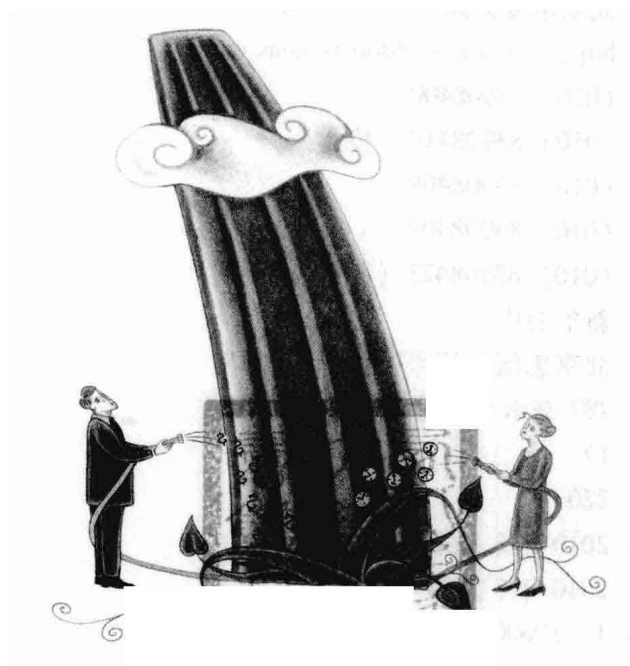
B842.6-4
95

情商

心理学测试

生活中的情商心理全攻略

张笑恒◎编著



当代世界出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

情商心理学测试/张笑恒编著. —北京: 当代世界出版社, 2010. 2

ISBN 978 - 7 - 5090 - 0599 - 6

I. ①情… II. ①张… III. ①情绪—智力商数—通俗读物 IV. ①B842. 6 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 234881 号

书 名: 情商心理学测试
出版发行: 当代世界出版社
地 址: 北京市复兴路 4 号 (100860)
网 址: <http://www.worldpress.com.cn>
编务电话: (010) 83908400
发行电话: (010) 83908410 (传真)
(010) 83908408
(010) 83908409
(010) 83908423 (邮购)
经 销: 新华书店
印 刷: 北京忠信诚胶印厂
开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16
印 张: 17
字 数: 220 字
版 次: 2010 年 3 月第 1 版
印 次: 2010 年 3 月第 1 次
印 数: 1 - 10000 册
书 号: ISBN 978 - 7 - 5090 - 0599 - 6
定 价: 32.00 元

如发现印装质量问题, 请与承印厂联系调换。

版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载!



目录

Contents

第一章 自省与情商——正确客观地认识自我

1. 自我认识，从认识自己的性格开始 / 1
 测试：你的性格是内向型还是外向型 / 3
2. 不敢直面自己，就等于自欺欺人 / 5
 测试：你有什么要不得的缺点 / 6
3. 保持真我，别为了取悦别人而抹杀个性 / 8
 测试：你能接纳并保持自我吗 / 10
4. 相信自己也是“可以发光的金子” / 11
 测试：你对自己有信心吗 / 14
5. 清楚自己的兴趣和优势所在 / 15
 测试：你的兴趣和优势在哪里 / 17
6. 把深藏体内的“原油”开发出来 / 20
 测试：测测你的潜能会在多久之后爆发呢 / 21
7. 想要怎么做，自己做决定 / 22
 测试：看看你的自主性如何 / 24

第二章 情绪与情商——控制自己情绪的能力

1. 切勿让自己成为情绪的奴隶 / 26
 测试：你是否经常情绪失控 / 28



目录

001



2. 即使对方发火,你也不必怒气冲冲 / 30
测试:你是否能做到心平气和 / 32
3. 容人之短,别钟情于指责游戏 / 34
测试:你总是带有敌对情绪吗 / 36
4. 把嫉妒控制在适度的范围 / 38
测试:测测你的嫉妒情绪 / 40
5. 控制情绪,跟生气说“byebye” / 42
测试:你是容易生气的人吗 / 45
6. 如何缓解焦虑情绪 / 46
测试:你有焦虑情绪吗 / 48
7. 摆脱抑郁,让阳光洒进心灵 / 49
测试:测量忧郁及其程度 / 51
8. 不靠心情好坏来做事 / 52
测试:你的自制力如何 / 54
9. 告别完美主义,消除精神压力 / 56
测试:你的精神压力指数有多高 / 57

第三章 创业与情商——成功创业体现一个人的真正价值

1. 什么样的人适合创业 / 59
测试:你具备创业者的素质吗 / 61
2. 必须具备超乎寻常的预见能力 / 62
测试:你的赚钱能力有多强 / 63
3. 畏首畏尾是创业的大忌 / 64
测试:你有冒险精神吗 / 66
4. 创业,要有当机立断的魄力 / 67
测试:你是一个行事果断的人吗 / 68
5. 慎重选择合伙人很关键 / 70
测试:你能善于寻找合伙人吗 / 73
6. “借鸡生蛋”最高明 / 74

测试：你善于利用创业机会吗	/ 76
7. 对周围形势变化保持较高的敏感度	/ 77
测试：你的危机意识有多强	/ 78

第四章 交际与情商——迈向成功之路的人脉金矿

1. 你的形象设计价值百万	/ 80
测试：你留给人的第一印象如何	/ 82
2. 来点幽默，让大家一起笑	/ 85
测试：你是富有幽默感的人吗	/ 87
3. 用你的亲和力去感染别人	/ 88
测试：你知道自己在与人交往中的亲和力如何吗	/ 91
4. 谦虚一点，让别人表现的比你优越	/ 92
测试：你是好强固执还是谦虚顺从的人	/ 94
5. 以诚待人，别人才会真诚待你	/ 95
测试：你是个多疑的人吗	/ 97
6. 赞美是取悦别人的最好方式	/ 98
测试：你取悦他人的能力如何	/ 100
7. 学会与难相处的人相处	/ 102
测试：你的受欢迎指数有多高	/ 105
8. 积极主动地结交新朋友	/ 107
测试：你是经营人脉的高手吗	/ 109

第五章 工作与情商——游刃于职场的终身利器

1. 好工作并不一定是专业对口的	/ 111
测试：你所适合的职业类型	/ 113
2. 没有工作经验如何打动主考官	/ 114
测试：你的求职能力如何	/ 116
3. 合作才能共赢	/ 118
测试：你是办公室孤儿吗	/ 120

4. 转换角度，站在上司的立场想问题 / 120
测试：你和上司是敌人吗 / 123
5. 别让自己成为“穷忙族” / 124
测试：你的成就如何 / 126
6. 如果你不快乐，那不是工作的错 / 128
测试：你对压力的承受能力如何 / 130
7. 别让自己成为职场“鸡肋” / 132
测试：你具备竞争素质吗 / 134
8. 职场新人不要为了“跳槽”而“跳槽” / 136
测试：你对目前的工作满意吗 / 138



QING SHANG
XIN LI XUE CE SHI
情商心理学测试

004

第六章 领导与情商——激发潜能创造高效组织

1. 放下你的“官架子” / 143
测试：你是在员工心中有亲和力的上司吗 / 145
2. “因人施管”，才能人尽其才 / 147
测试：你的管理能力如何 / 149
3. 正人先正己，员工才能信服你 / 150
测试：你的领导能力如何 / 152
4. 因小事而知大节 / 154
测试：你的识人能力怎么样 / 156
5. 别让豹子去捉老鼠 / 157
测试：你的用人能力如何 / 159
6. 沟通时，用下属听得懂的语言 / 161
测试：你是善于沟通的管理者吗 / 163
7. 好钢用在刀刃上，说服说在“点子”上 / 164
测试：你是否具有说服力 / 165
8. 集思广益有助于正确决策 / 166
测试：你的决策力如何 / 168

第七章 恋爱与情商——收获最甜美的爱情硕果

1. 不轻易把爱说出口 / 171
测试：你是一个有责任感的人吗 / 173
2. 要娶就取个“帮夫女” / 174
测试：你的帮夫运如何 / 176
3. 要嫁就嫁个“旺妻男” / 179
测试：你是一个好丈夫吗 / 181
4. 别把依赖当爱情 / 181
测试：你是否真的爱他\她 / 183
5. 爱人，没有最好的，只有最合适的 / 185
测试：你适合与什么样的人共度一生 / 187
6. 找一个爱你的人更容易感到幸福 / 188
测试：你现在的爱情能让你幸福多久 / 190
7. 善解人意的女人更能赢得男人的心 / 193
测试：你是个善解人意的女人吗 / 195
8. 别让厌倦毁掉爱情 / 197
测试：恋人眼中的你是否具有新鲜感 / 199
9. 失恋不哭，分手快乐 / 200
测试：你要多久才能走出失恋的痛苦 / 202

第八章 家庭与情商——营造和谐家庭的黄金法则

1. 家是需要你付出爱的地方 / 204
测试：你的家庭是否美满 / 205
2. 女人要学会在小事上妥协 / 207
测试：你的婚姻关系如何 / 208
3. 忠诚和信任是链接感情的纽带 / 211
测试：你对爱人足够信任吗 / 212
4. 用欣赏和赞美打造称心如意的好男人 / 213
测试：你对自己的丈夫欣赏吗 / 215

- | | |
|------------------|-------|
| 5. 让性爱成为夫妻关系的粘合剂 | / 217 |
| 测试：你的性诱惑指数有多高 | / 219 |
| 6. 别漠视了亲情 | / 220 |
| 测试：你对你的父母怎么样 | / 221 |
| 7. 像对待母亲一样对待婆婆 | / 223 |
| 测试：你和婆婆的关系如何 | / 225 |
| 8. 给孩子足够自由的爱 | / 227 |
| 测试：你是高情商的父母吗 | / 229 |

第九章 心态与情商——良好心态决定生活质量

- | | |
|--------------------|-------|
| 1. 懂得知足的人最容易快乐 | / 230 |
| 测试：你是一个知足的人吗 | / 231 |
| 2. 欲望越多，幸福越少 | / 235 |
| 测试：你对金钱的欲望有多大 | / 236 |
| 3. 别被虚荣的生活弄得疲惫不堪 | / 236 |
| 测试：你虚荣吗 | / 238 |
| 4. 挣脱自卑的“牢笼” | / 240 |
| 测试：你是一个自卑的人吗 | / 242 |
| 5. 不要让自己活在烦恼里 | / 242 |
| 测试：你是乐观的人吗 | / 244 |
| 6. 世界上没有百分之百的公平 | / 245 |
| 测试：你是一个爱计较的人吗 | / 247 |
| 7. 做一个永不绝望的人 | / 248 |
| 测试：你是自暴自弃的人吗 | / 249 |
| 8. 有些事无法挽回，就让它成为过去 | / 250 |
| 测试：你是沉湎于过去的人吗 | / 252 |
| 9. 宽容别人，就当是为了自己 | / 253 |
| 测试：你是一个宽容的人吗 | / 254 |
| 10. 学会感恩，让你幸福一生 | / 255 |
| 测试：你是懂得感恩的人吗 | / 257 |



第一章

自省与情商——正确客观地认识自我



1. 自我认识，从认识自己的性格开始

真挚的友谊、甜蜜的爱情、美好的事业、辉煌的成就、来自别人的仰慕……这些都是我们想要拥有的。成功离不开机遇与努力之外，但是，最重要的东西不是战胜外在，而是了解自己！

了解自己首先要从认识自己的性格开始。法国作家让·吉罗杜说过：“从我们的幼年开始，每个人身上就编织了一件无形的外衣。它渗透于我们吃饭、走路以及待人接物的方式之中。这件外衣就是我的性格。”

心理学上将性格定义为一种先天遗传和后天养成的一贯的行为倾向。为什么有的人遇到挫折和失败时会感到痛苦绝望，有的人则心平气和；有的人总是满面笑容，有的人永远愁眉苦脸；有的人习惯活泼张扬，有的人则安静内敛；有的人在熟人面前可以谈笑自如，遇到陌生人在场时却满脸通红，张口结舌……所有这些，都是人的性格使然。

而高情商的人与低情商的人之分，并不在于性格上的差异。那些高情商的人也存在一些令人不甚满意的性格特点。关键在于，他们清楚自己的性格，知道自己性格中的正面影响和负面影响，他们总是能够将自己性格中积极因素发挥到极致，而同时又能最大限度地降低和减少性格的消极与负面影响。

所以，想要成为一个高情商的人，用智慧去积极地创造自己的美好人生，就需要对自己的性格有一个相对准确的认识和判断。

那么，如何相对准确地认识自己的性格呢？



第一章

自省与情商——正
确客观地认识自我

001



美国心理学家威廉·莫尔顿·马斯顿曾在20世纪20年代提出了一套性格测试方法，将性格特质划分为活泼型，指挥型，完美型，平和型四种。这种分类方法简单易行，易于掌握。可以参照一个各种特质的描述，于自己做一个对照比较。

活泼型性格的人主要特征是外向、乐观、喜欢与人交流。他们总是表现得快乐无边，兴奋不已，脸就像含苞待放的花一样随时会怒放。他们走路是蹦蹦跳跳。说话时手势比较多，肢体语言很丰富。喜欢大声说话，也喜欢凑热闹。他们最讨厌数字，记数字最差劲。办事时马虎粗心，因为他们对一件事情缺乏持久关注的耐心。做事时不考虑结果，只注重好玩，昨天发生的事情不会困扰他们，明天发生什么他们根本不考虑，他们觉得开心就可以了。他们是天真善变、追求新鲜的一群长不大的孩子。

指挥型性格的人主要特征是外向、乐观、富有行动力。他们是天生的领导者，喜欢以自我为中心、对管理他人感兴趣，敢于承担责任，他们自信、坚定、有主见，目光逼人，风风火火，雷厉风行。喜欢竞争和挑战。他们爱发脾气，好争论，固执己见，办事客观，重事不重人，务实并讲究效率，重视结果，懂得竞争，以成败论英雄，轻视人际关系，不给人面子。他们直率、正直、讲义气，他们总是难以放松自己，总感到时间不够用。他们对别人要求严格，对自己似乎无所谓。由于性格急躁，所以容易忽视细节。

完美型性格的人主要特征是内向、爱思考、悲观。他们通常很严肃，很少露出笑容。走路总爱低着头，做事非常有条理，整洁，干净。对于穿着十分讲究，举止常彬彬有礼，非常得体。他们是天生的分析家，怀疑论者，总是不由自主地挑剔。既怕别人不在意自己，又怕别人太在意自己，喜欢与别人保持一定的距离。他们对数字敏感，要求精确，坚持原则，追求高标准、高质量和完美无缺。总是先思考后说话，一丝不苟，见解深刻，是杰出的专业人士。他们对自己要求严格，对别人也要求严格。完美型的人不轻易结交朋友，但是结交的每一个朋友都是非常好的朋友。在他们的眼里，世界的缺点很多，所以显得消极、忧愁，不苟言笑。他们很少赞美别人，是因为他们觉得一切都还不够完美。

平和型性格的人主要特征是内向、旁观、悲观。他们善良、安静、温和、亲切、机智、幽默，喜欢稳定与和谐，回避和害怕冲突，善于调解矛

盾，是天生的“好好先生”。为了保持和平，他们通常不做决定，也不发表自己的建议或意见，往往随波逐流，显得没有主见。尽管有时对于一些事情他们很有想法，但也通常会害怕引起争议而将其烂在肚里。从他们口中最常听到就是“随便”或者“我无所谓”“怎样都行”这类的字眼。通常会委曲求全地设法满足他人的要求。在谈话中，他们总是处于听众的位置上，显得认真而耐心，从不愿意作为演讲者出现，也不愿意引起别人的注意。他们心智平衡，知足常乐，随遇而安。总显得漫不经心，也总是不慌不忙。

性格没有优劣质之分，有的只是特点。但在具体问题和具体事件上，性格则具有正面和负面的影响力。比如，活泼型的人口无遮拦，容易无意间中伤他人；指挥型的人控制欲太强，让人感觉不易亲近；完美型的人过分挑剔，惹人反感；平和型的人没有主见，常丢失自己的立场等等。

虽然性格一旦形成便不好改变，但高情商的人能够清晰地认识到自己性格正面和负面影响，他们会管理和完善自己的性格，让其总是发挥正面影响，减少负面影响。

身在社会，不可能一切都随心所欲、刚好与你的性格合拍。当性格不适应环境时，就要试着发挥情商的作用加以改变。具有改变自己性格的能力的人，才能克服障碍，一帆风顺。

测试：你的性格是内向型还是外向型

答案分别是（1）符合。（2）难以回答。（3）不符合。

1. 在人多的场合你总是力求不引人注目。
2. 你做事较快，但较粗糙。
3. 你经常分析自己、研究自己。
4. 你读书较慢，力求完全看懂。
5. 生气时，你总不加抑制地把怒气发泄出来。
6. 与观点不同的人也能友好往来。
7. 你不喜欢写日记。
8. 你是个不拘小节的人。
9. 你不敢在众人面前发表演说。
10. 你待人总是很小心。
11. 你能够做好领导团体的工作。
12. 你常会猜疑别人。



13. 受到表扬后你会工作得更努力。
14. 你希望过平静、轻松的生活。
15. 你感到脚踏实地地干比探索理论原理更重要。
16. 你常会一个人想入非非。
17. 你喜欢经常变换工作。
18. 你常常回忆自己过去的的生活。
19. 你从不考虑自己几年后的事情。
20. 你很喜欢参加集体娱乐活动。
21. 你总是三思而后行。
22. 使用金钱时你从不精打细算。
23. 你讨厌在工作时有人在旁边观看。
24. 你总是独立思考回答问题。
25. 你不怕应付麻烦的事情。
26. 你始终以乐观的态度对待人生。
27. 你不善于结交朋友。
28. 对陌生人你从不轻易相信。
29. 你肚里有话藏不住，总想对人说出来。
30. 你几乎从不主动订学习或工作计划。
31. 你的意见和观点常会发生变化。
32. 你很注意交通安全。
33. 你很会关心别人会对你有什么看法。
34. 你常有自卑感。
35. 你不太会注意自己的服装是否整洁。
36. 和别人在一起时，你的话总比别人多。
37. 你喜欢独自一个人在房内休息。
38. 你的情绪很容易波动。
39. 看到房间里杂乱无章，你就静不下心来。
40. 遇到不懂的问题你就去问别人。
41. 你的口头表达能力还不错。
42. 你是一个沉默寡言的人。
43. 在一个新的环境里你很快就能熟悉了。
44. 要你同陌生人打交道，常感到为难。
45. 旁边若有说话声或广播声，你总无法静下心来学习。
46. 常会过高地估计自己的能力。

- 47. 你很注意同伴们的工作或学习成绩。
- 48. 比起郊游和跳舞来,你更喜欢小说和看电影。
- 49. 买东西时,你常常犹豫不决。
- 50. 遭到失败后你总是难以忘却。

评分标准:

选(1)得0分;选(2)得1分;选(3)得2分。

做完题目之后,按照上述的评分标准,计算出分数,再对照下列的性向指数分析,就可以了解你性格内倾或外倾的程度了。

性向指数分析:

- 0—19分 内向型
- 20—39分 偏内向型
- 40—59分 混合型
- 60—79分 偏外向型
- 80—100分 外向型

2. 不敢直面自己,就等于自欺欺人

这个世界上,十全十美的人是不存在的。每个人都会有缺点,有些人面对自己的缺点,总是想办法遮掩,害怕被别人笑话。其实,缺点不会因为你的可以回避而消失不见,这样做反而会使人感到虚伪,不真实,也就没有人愿意与你交往。

具有较高情商的人会坦然面对自己的缺点,不刻意掩饰,总是勇于承认自身的不足,敢于挑战自我,他们知道只有承认和别人的差距,敢于认识到自己的不如人之处,才有以后胜于别人的可能,也就是说,认识自己的短处,合理地扬长避短才是出路,人生才会完美。

那些高情商者明白“寸有所长,尺有所短”的道理,我们每一个人都可能在某些方面不如别人。一个人如果能够坦然面对别人比自己强,才能清醒认识自己与别人的差距,才能摆脱心灵的苦痛,才能让自己做得更好。

有些人却不敢承认自己不如人之处,通过撒谎来掩饰自己的缺点和错误,满足一时的虚荣,但却并没有得到真正的荣誉和快乐,反而增添了心理负担,因为他每时每刻都害怕自己的谎言被戳穿。



一位曾在国内知名 IT 企业工作过的主管，他工作热情，也很有技巧，但就是不能正视自己的缺点，办事天马行空，经常指责下属的不是，张扬自己的能力，而且总是分不清个人与团队的关系。有人好心提醒时，他便大发雷霆，或者一带而过。

久而久之，这位主管在公司的人缘越来越差，最终极端孤立，业绩自然也无法提上去，最后不得不离开公司。

争强好胜没错，但要有一定的限度。要知道“天外有天，楼外有楼”。一个人怎能时时处处胜过所有的人呢？每个人都有自己的优点和优势，也都有自己的缺点和短处，想要用回避来掩饰自己的不足，只能是一种自欺欺人的表现，扬长避短才是高情商智慧。

很多人不敢直面自己，都是因为自卑心理的作祟，在现代社会这就成为阻碍一个人发展的关键。作为一个现代人，一定要树立自信，要敢于与人交往。为了能适应与不熟识的各类人打交道，在进入社会之初就应多参加人才交流会，从中接触到各种各样的人，当与人交往多了之后，你就会发现自己并没有想象中的那么糟，而自身的缺点也并非会遭人耻笑或者不可改变。自卑心理就逐渐消失，自信心也自然而然地增强了。

现实中，人最难了解的便是自己。想要更好地了解自己，就要学会敢于承认自己的不足，这是一种期待成长的过程及勇气。只有拥有了这种敢于直面自己的情商，才能更好地认识自己，找到属于自己的位置。然后用自己的努力将它一步步地垫起来。

测试：你有什么要不得的缺点

1. 当他系着不合适的领带很骄傲地对你说“这条不错吧！”这时你怎么回答？
 - (1) 明白地表示，没气质。
 - (2) 只是笑而不答。
 - (3) 说“不错！”
 - (4) 说“不错是不错，不过上次那条更好看。”
2. 有人在一个男人的背后贴上了一张写有“混蛋！色狼！”的纸条，那个男人却没有注意到，这时你会怎么做？
 - (1) 趁他不注意把纸条取下来。
 - (2) 偷偷地跟身边的人说“你看”。
 - (3) 提醒那个男人“XX 先生，请脱下西装看看。”

- (4) 默不作声，就像没有看见一样
3. 当你和男朋友交往时，父亲劝你“不可以跟那种男人交往，马上分手！”这时，你会怎么说？
- (1) “可是……他是个很好的人，希望爸爸能了解他。”
- (2) “我也正想和他分手。”
- (3) “爸爸你不要管我，我自己会负责。”
- (4) “知道了，我会好好考虑一下的。”
4. 约会时，当他好象很无聊的样子保持沉默，这时你会说？
- (1) “回去吧！”
- (2) “怎么啦？心情不好？”
- (3) “不去旅馆吗？”
5. 在结婚典礼的前一天中午，昔日的男友突然出现，对你说“每一想起过去，我就想紧紧地抱着你！”并向你提出要求，这时你会作何反应？
- (1) 被迷惑了。
- (2) 答应对方
- (3) 殴打对方并说“不要侮辱我！”
- (4) 拒绝。
6. 请想一想，你身边的三个朋友谁最有魅力、最受男性欢迎？
- (1) 不知道。
- (2) 自己是最糟的。
- (3) 当然是自己。
- (4) 自己在四人中大概排第二。

分类标准：

做完测试后，请查看你在各个测验问题中所选择的答案，并分别算出（1）（2）（3）（4）各有几个。数目最少的那一组，就是你的类型。假如有两组以上数目相同的话，那你的类型就是第（5）类型。

结果解析：

第（1）类型：

你最大的缺点似乎是缺少了“同情心”，你总是希望别人更关心你，不论什么事，你总是先为自己着想，而无视对方的立场和心情，当你看到别人有困难时，也不会主动地伸出援助之手。在你的心中，自己的事永远都是重要的，至于他人的事，你才不会去花心思呢！虽然有时你也想要学得温柔一点，不过，一旦遇到具体的事情，你的态度又变得冷酷无情了。



第(2)类型:

你最大的缺点就是欠缺一颗“开朗的心”。虽然你自己没有意识到,但因为你的表现和态度,总给人很阴沉的印象,还以为你本身有什么问题。这个时候最重要的是要让人了解真相。善于思考的你,可说是个很认真的人。但是你要注意,认真过度或者太过严肃,未必就能够解决问题,而且一旦真的有事发生时,想要帮你的忙的朋友看到你那一副阴沉的样子,大概也会离你而去了。所以多增加点笑容在脸上吧!这样会使你看起来好的多。

第(3)类型:

你最大的缺点就是缺乏“决心”。买东西时,你能将想要买的东西很快地挑选出来。但是,在付账的途中,如果你又看到了同样各类的东西,那就不知道要买哪一个了。不仅是在购物时,在商场、私人的着交关系上,你也常常如此。当然,你的缺少决心,也可能是由于乐天倾向很强造成的,你总认为“用不着现在决定,往后一点点地……”,而将事情拖延了下来。不过,你绝不会是个不善交际的人,而且你有着能与人相处的很融洽的性格。如果你在原有的优点上,再加上一点决心的话,那将会是更好的。

第(4)类型:

你所欠缺的就是“慎重”。不论是在作决定或购物时,你一直都是很冲动的,而且你的性情也不定,朝三暮四的。不论在什么场合,你总是行动在先而思考在后。如果听说有什么特卖品的话,就马上跑去买一大堆没用的东西。而且很轻易地答应别人的请求,事后才后悔当时为什么不拒绝。像这一类的事,你大概时常做吧!但是像你这一类型的人朋友很多,总是因“老好人”的原因而招人喜爱。

第(5)类型:

你最大的缺点是缺乏“行动力”。你总是喜欢思考,但却很少动手去做。由于太会考虑事情的结果及在意旁人的看法和传言,所以你常常缺少了行动的勇气。你有极佳的判断力和构想,但真正碰到问题时,却没有能力将它发挥出来;就算你能表现出你的判断力的构想,但你所选择的方法也不对,这或许该归咎处于你太过于倾向理想主义吧。你就是被这样的思想所左右:“如果那样做的话,是会被大家嘲笑的。”不要这样畏首畏尾的,你应该对自己充满信心。

3. 保持真我,别为了取悦别人而抹杀个性

不能保持自己的本来面目,这是困扰很多人的一个问题。而问题产生的根源大多在于他们太过关心别人对自己的看法,为了得到更多人的支