

心理分析

DIY

测测你的
幸运指数

发现开启幸运钥匙的
心理测试

你未发现的，真实的自己

「日」浅野八郎◎著

黄薇◎译



中国出版集团



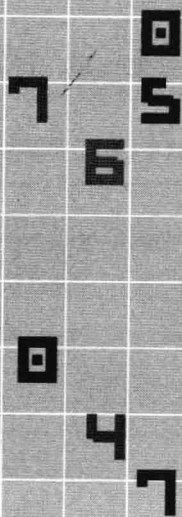
现代出版社

心理分析 DICKY

测测你的
幸运指数

〔日〕浅野八郎◎著

黄鑫◎译



中国出版集团
现代出版社

图字：01-2010-5809

图书在版编目（CIP）数据

心理分析DIY：测测你的幸运指数 /（日）浅野八郎
著；黄鑫译. — 北京：现代出版社，2012.12
ISBN 978-7-5143-1136-5

I. ①心… II. ①浅… ②黄… III. ①心理测验—通俗读物 IV. ①B841.7-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第283714号

“HONTO NO WATASHI – Test Your Emotions” by Hachiro Asano

Copyright © Hachiro Asano 2000

All rights reserved.

Original Japanese edition published by Setsuwasha Co., Ltd.

This Simplified Chinese edition published by arrangement with
Setsuwasha Co., Ltd., Tokyo in care of Tuttle-Mori Agency, Inc., Tokyo
through Beijing GW Culture Communications Co., Ltd.

心理分析 DIY：测测你的幸运指数

作者	[日] 浅野八郎
译者	黄鑫
责任编辑	陈世忠
出版发行	现代出版社
地址	北京市安定门外安华里 504 号
邮政编码	100011
电话	010-64267325 010-64245264（兼传真）
网址	www.xiandaibook.com
电子信箱	xiandai@cnpitc.com.cn
印刷	中国电影出版社印刷厂
开本	850×1168 1/32
印张	6.375
版次	2013年1月第1版 2013年1月第1次印刷
书号	ISBN 978-7-5143-1136-5
定价	21.00元

版权所有，翻印必究；未经许可，不得转载



目 录

序言·····2

TXT.1你是谁·····11

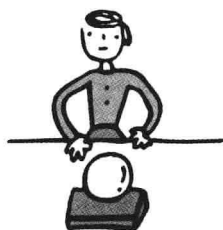
- 测试一 你的兴趣·····12
- 测试二 你和他人的关系·····14
- 测试三 你的指向·····16
- 测试四 别人眼中的你·····18
- 测试五 你心中的光和影·····20
- 测试六 你的适应性·····22

TXT.2压力与你·····25

- 测试一 你的压力·····27
- 测试二 你和人际关系·····30
- 测试三 你的交流能力·····34
- 测试四 你的集中力·····36
- 测试五 你的精神状态·····38
- 测试六 你的压力释放·····40



TXT.3你和未知的你……………43



- 测试一 你想要的东西……………44
- 测试二 你工作的心情……………47
- 测试三 你的不安……………52
- 测试四 你想变成什么……………54
- 测试五 你如何保守秘密……………57
- 测试六 你的真面目……………60

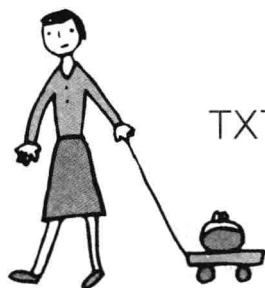
TXT.4你的成长……………63

- 测试一 现在你需要的爱和理想的爱……………65
- 测试二 让你痛苦的事情与你采取的行动……………69
- 测试三 你一直以来的梦想 你应该实现的梦想……………73
- 测试四 残留在你身上的课题 你的问题的解决方法……………77
- 测试五 你最害怕的事情 能够鼓励你的话……………81



TXT.5想更幸福……………85

- 测试一 自我意识的萌芽……………86
- 测试二 你有什么样的才能……………89
- 测试三 隐藏在你身体中的力量……………92
- 测试四 给你带来幸运……………96
- 测试五 加你的力量……………99
- 测试六 变身……………102



测试七

你和那个人·····106

TXT.6你和金钱·····109

测试一 你花钱的方式·····110

测试二 你的劳动形式·····112

测试三 你的信用危机度·····114

测试四 你存钱的方式·····116

测试五 你给自己投资的东西·····118



TXT.7你的恋爱·····123

测试一 你恋爱的开始·····125

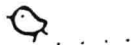
测试二 你恋爱的对象·····129

测试三 你恋爱的要害·····133

测试四 你现在应该做的事情·····137

测试五 你想从他那儿得到什么·····141

测试六 你的恋爱和结婚·····143



TXT.8爱的迷宫和你·····147

测试一 你的妒忌心·····148

测试二 你对恋爱的执著·····152

测试三 失恋的报复心·····155

测试四 恋爱的应激反应·····158





测试五 你的失恋克服法·····161

测试六 你的积极性·····164

TXT.9你和性·····171

测试一 你的魅力·····172

测试二 你对性的关心·····175

测试三 你的性观念·····177

测试四 能诱惑你的男性·····179

测试五 你心中的无畏·····182

测试六 你对性的误解·····184

TXT.10真正的你·····187

对照一 感受力和表现力的测试·····188

对照二 积极力和行动力的测试·····190

对照三 同情心和协调性的测试·····192

对照四 安定度和适应力测试·····194

对照五 性的魅力和性的成熟测试·····196

为了让你更有魅力·····198



结束语·····202

绘画：冈田直子
设计：吉原敏文

序 言

圣·埃克苏佩里的《小王子》被誉为成人童话，并在全世界广泛传阅，感动了很多人的。

在这个电脑和科学万能的现代社会里，有很多人被这个童话故事所打动。原本人们只向往物质、财富这种眼睛能够看得见的东西，寻求住宅和生活的便利性、吃美味的事物、热衷于奢华的物品，认为这些有形的物质才是人生的幸福，而如今，更多的人开始感到世的变化无常，不再感动于夜空中星星的熠熠生辉和不可思议的事情了。

被称为解开心底之谜的“心理学”，现在也同样出现了新的问题。虽然是有关“心”的学问，但我们也只能看到一些心理学方面的知识。心理学对现代的人来说是一门很重要的学问，这是

毋庸置疑的。虽然我们对其进行了统计分类，并进行了欧美最新的心理学学说研究，但由于其科学化程度过高，对于我们最了解的单纯的人们的内心或日常交往的人的内心却无法提供帮助。这是因为我们的学问，特别是在大学正在被教授的大部分研究的学问，并没有重视日常生活中人们的内心问题。如果你去逛书店，会发现里面摆满了各种各样的心理学者的著作，但这些书并不能让你重拾勇气，反而更多的会让你失去自信。

日本在心理学方面多是追随美国的脚步，可以说并没有对心理学界的权威寄予很大的期望。劫机的犯罪嫌疑人犯罪前一直在接受精神科医生的治疗和职业咨询人员的指导。同样的，之前言行备受世界瞩目的英国已故王妃戴安娜曾说过：“让我失去自信的正是精神分析师。”她生前最大的精神寄托是伦敦某著名百货大楼附近的一位女占卜师。由此可以知道，当我们在分析人类的内心时，仅有精神医学及心理学知识是非常不充足的。

之前有人抱有这样的疑问：“到底目前的心理学和精神医学能不能拯救人的内心呢？”说得极端点儿，现在的心理学还不能帮

助人们。前美国心理学会会长塞里格曼博士，对迄今为止美国心理学的作用持怀疑态度，这位被称为“21 世纪的弗洛伊德”的世界权威的发言，在学术界引起了巨大反响。

有一份调查过去 30 年美国报纸、杂志中心理学事件的报告，其中以“不安”“绝望”等消极话题为题目的心理学超过 5 万件，相反的，鼓励人心的新闻仅有 400 件左右。塞里格曼博士认为，心理学不仅没有起到积极作用，反而增加了人们的消极情绪和不安全感，于是他召集心理学者，提倡建立“更加积极向上的心理学”的必要性。

现在我们需要新的心理学智慧，比起“心理学”，更应该被称作“新时代的人类学”，也可被称作“新时代科学”，这就是新心理学。塞里格曼博士提倡的“更加积极向上的心理学”可以说是新心理学运动中的一个。

本书介绍的测试、自我诊断法等都是新心理学中思考人的内心形式的新方法。

●诊断内心的三种形式

了解人类的内心,有三种方法。一种是通过“是”“否”或“不知道”来回答,被称作“问答法”,这是从很早前就开始沿用的较普遍的方法。另一种是问被测人某个问题是什么意思,由于从表面上发现不了什么,所以被叫做“深层心理测试”法。还有一种是边回答问题边想故事的“对话式测试”,在头脑中编故事的同时回答问题,这样就很容易将心中的愿望或心里的状态表达出来。

本书不仅采用这三种方法,还采用了基于日常生活和言行方式的“行动心理测试”法。

迄今为止没有出现过的独特的测试都会在书中不断登场,会给你带来无尽的新鲜感,请带着阅读《小王子》的心情,让自己的心在本书中畅游吧。





你是谁

性格不好，或他真是个好入

这样的话在生活中会经常听到

若仔细思考一下，性格有好坏之分吗？

自己觉得是缺点的地方，可能是被别人喜欢的地方

性格包含了长处和短处，是你自己的角色

为了充实的每一天

快些来与你的性格面对面吧！

测试一

测试内容：你的兴趣

问题：下边哪个图形让你印象最深？



- Ⓐ 人脸
- Ⓑ 数字
- Ⓒ 花
- Ⓓ 山

你的兴趣

图中的图形象征着现实生活中，你对什么东西最感兴趣，无意识的选择正突出了你特有的兴趣。

A

喜欢跟别人接触

选择跟人类形象有关的图形，说明你喜欢跟别人打交道。你觉得通过与人交流可以获得人生的充实感，同时你也很善于缓和紧张的气氛。

B

专注于自己感兴趣的事情

数字是大脑制造出来的“观念”，你是不是更喜欢专注于自己非常感兴趣的事情？比起与人交流，你更满足于“与自己兴趣有关的事情”。

C

喜欢帮助弱者

你对花儿一样的小生命或弱者有很大的同情心，无法置之不理。对于孩子、社会的弱者和动物的爱，是你的第一价值标准。你生活的关键词是“爱和奉献”。

D

不愿随波逐流

你是一位“观察者”，会站在客观的立场上整体地把握一件事，不易被感情所左右。很有领导者的潜质，大人物的风范。

测试二



测试内容：你和他人的关系

问题：如图所示，若在这两根长度相等的线上再加上一条线的话，你认为会变成下边哪个图形？

A



B



C



D



你和他人的关系

线是人的象征，用两根线来表示“人”这个字，第三根线的位置暗示了你的社会立场，象征着你的愿望。

A

希望按照自己的方式前进

这个图形表示你希望按照自己的主张行事，比起集体主义，你更喜欢单独行动，这在日本人中是很少见的。这幅图反映了你强烈的个人主义倾向，你追求着狼一般的生活方式，不愿意迎合别人的脚步。

B

友好地对待别人

你站在平等的立场上与人交往，能够感受到处理上下级关系的烦恼，也希望有时能跟别人像朋友一样相处。你尊敬上司及前辈，也不对后辈抱怨，所以很受欢迎。

C

作为策划者

这幅图容易让人联想到胆子大和“补充关系”。你向往与人互动，不论什么样的人你都能够很好地沟通，但有时会为了跟对方搞好关系而不得不选择忍耐。

D

道德家

这幅图让人联想到平等意识和要求进步的心。你在交流时不失礼仪、以和为贵，是典型的日本社会传统的细心体贴，是能够维系一段稳定关系的人。不过，你可能会对不上进的人很严厉。

测试三

测试内容：你的指向

问题：下边四个图形，你最喜欢的是哪个？

