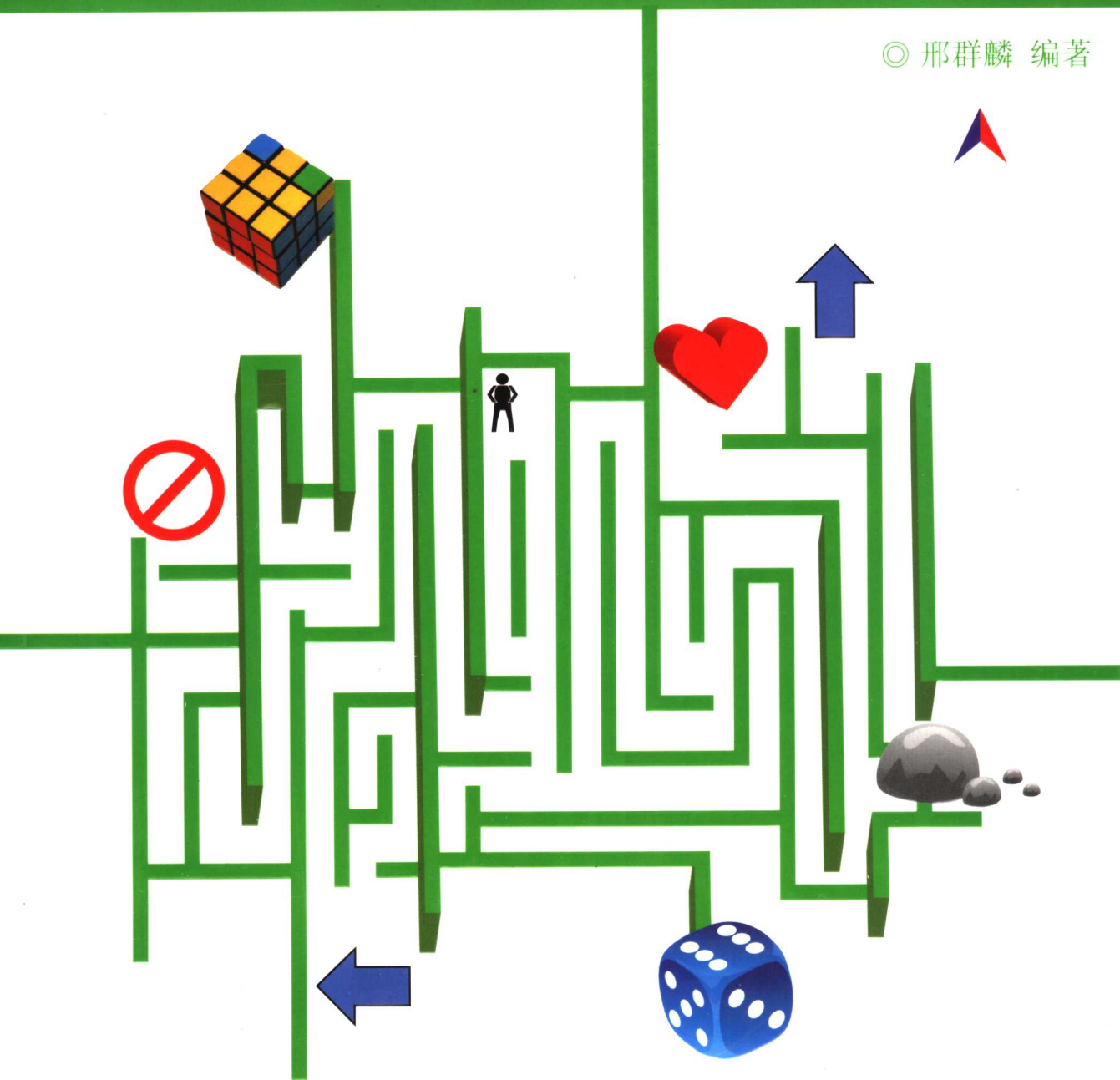


透视自我和他人心理的巧妙技术

1500 世界上最经典的 心理测试题

◎ 邢群麟 编著



中国言实出版社

透视自我和他人心理的巧妙技术

1500 世界上最经典的 道心理测试题

◎邢群麟 编著

中国言实出版社

图书在版编目(CIP)数据

世界上最经典的 1500 道心理测试题/邢群麟编著.

—北京:中国言实出版社,2006.9

ISBN 7-80128-856-4

I. 世...

II. 邢...

III. 心理测试

IV. B841.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 112017 号

出版发行 中国言实出版社

地址:北京市朝阳区北苑路 180 号加利大厦 5 号楼 105 室

邮编:100101

电话:64924716(发行部) 64963107(编辑部)

网址:www.zgyscbs.cn

E-mail: zgyscbs@263.net

经 销 新华书店

印 刷 北京铭成印刷有限公司

版 次 2006 年 9 月第 1 版 2006 年 9 月第 1 次印刷

规 格 787 毫米×1092 毫米 1/16 20.75 印张

字 数 280 千字

定 价 36.00 元

前言

人的心理世界是最复杂的、最玄奥的，像浩瀚无边的宇宙，深邃而难以琢磨。正是这份神秘，更让我们有探知的欲望，想通过这种探知来认识自己、剖析自己、把握自己，以达到更高的人生境界。

也许，你曾经这样自问过：“我有什么缺点呢？”“我是不是有抑郁症呢？”“我的IQ怎么样？”“他爱我吗？”“我的人缘好吗？”“我会成功吗？”……我们面对种种疑问，却常常束手无策。怎样才能深层次地破解自己以及他人的种种玄机，发掘那些深藏于人心的种种可能呢？

本书运用心理学的理论，精选了1500道轻松有趣的心理测试题目，从不同角度帮你解读自己与他人内心深处的秘密，包括心理、性格、情绪、IQ、爱情、社交和职场等领域，语言诙谐、幽默，观点辩证、独到，内容充实、时尚，让你在轻松的阅读测试中对自己和他人有一个正确的认识 and 了解，从而更懂得人性，更容易交友，更具魅力，更能取得成功，让自己的人生处在自己的掌控之中。金无足赤，人无完人，你不可能是世界上最完美的人，但是，没有关系，你同样有着别人可遇而不可求的过人之处。也许你相貌平平，但做事却如艺术家般精致细腻；也许你大大咧咧，但却有着惊人的创造力；也许你拙于言辞，但却有着众人皆服的影响力；也许你做事不常变化，但却有着坚忍不拔的性格……

罗素说过，参差不齐乃幸福之源。与他人的不同，也许正是每个人建立自信的基石。但现实往往事与愿违。太多的人不了解自己，不清楚自己的优势到底是什么，所以很彷徨，很无奈，可能常常跟机会、成功失之交臂。所以，对自己客观而全面的认识尤为重要，因为通过认识自我，你就可以根据自己的优势确定未来发展的方向，扬长避短地勾勒未来的宏伟蓝图，有的放矢地研究事业与爱情的发展方略。本书的1500道心理测试题，根据各种心理研究的分析结果，结合行为和心理的必然联系而设定，可以成为你心灵旅途上一盏明亮的灯，让你在看人识己方面更胜人一筹，从而成为你

事业的好指导，情感生活的好顾问，健康心理和幸福人生的好参谋。

本书适合上班族以及对心理学有兴趣的读者阅读，对心理咨询人员以及心理学专业的学生，也有一定的参考作用。本书共分七章 133 小节，每节由导语、若干测试题、计分标准（有的有参考答案）、测试结果和心理评析等几部分构成。希望本书能够帮助大家解决在现实中所遇到的心理问题，帮助年轻的读者朋友们塑造一个更靓丽、更精彩的人生。

编著者

2006 年 7 月

目 录

前 言

第一章 自我认知

你目前的心理是否健康

1

你是否拥有一个健康的生活方式

2

你是哪种气质类型的人

5

你是自己最大的敌人吗

8

你的缺点在哪里

13

你是一个成熟的人吗

15

你的心机有多重

18

你對自己足够好吗

21

你是一个知足常乐的人吗

22

减肥对你来讲值得吗

24

你是受幸运女神眷顾的人吗

28

你隐藏的才能是什么

30

向前看，还是怀旧

34

你偏重左脑还是右脑

37

你是平民还是公主

41

你的“死穴”在哪里

45

47

你的危机意识有多强

48

视频聊天看看你的心理弱点

49

第二章 性格透视

个人风格测试

52

你了解自己的个性吗

58

你的表现可见你的个性

59

菲尔测试你的性格

60

你的选择可见你的个性

63

从点菜看你的性格

64

由应对误会的方式探测你的心理

65

你的性格能承受多大的压力

67

你是否善于调动自己的个性

69

你的自尊与自卑

70

你是不是很害羞呢

74

你具有幽默感吗

78

一个小姿态可见他（她）的性格

80

你很自恋吗

82

你的脾气是好是坏

84

从猴子看你的吝啬度

87

第三章 情绪心理的测量

了解你的情绪类型

90

你目前有安全感吗	94
你有抑郁症吗	99
你时常出现恐惧情绪吗	101
你总是带有敌对情绪吗	104
你有焦虑情绪吗	108
你的情绪稳定性高吗	110
你是感情用事的人吗	113
你是否容易冲动	114
情绪紧张度测试	117
你是情绪地雷拆解高手吗	119
你是如何缓解紧张情绪的	120
你能驾驭愤怒的情绪吗	122

第四章 IQ 大比拼

你的 IQ 怎么样呢	128
你的逻辑推理能力如何	133
你的想象力如何	137
你有自由大胆的创意吗	139
你有足智多谋的创造力吗	141
你的分析能力强吗	145
你的数字敏感程度如何	147
你的判断力够优秀吗	149

你的记忆能力如何

152 你的记忆能力如何

你能冷静地观察吗

154 你能冷静地观察吗

脑筋急转弯测智力

158 脑筋急转弯测智力

下一个图形是什么

160 下一个图形是什么

第五章 恋爱、婚姻、性爱心理解读

爱情中的你容易遇到什么样的麻烦

166 爱情中的你容易遇到什么样的麻烦

你受异性欢迎吗

169 你受异性欢迎吗

你在恋爱中的态度是怎样的

170 你在恋爱中的态度是怎样的

你交不到男朋友的原因

173 你交不到男朋友的原因

你交不到女朋友的原因

175 你交不到女朋友的原因

最适合你的示爱方式是什么

179 最适合你的示爱方式是什么

你的恋爱感受是怎样的

180 你的恋爱感受是怎样的

你对这份爱情忠诚吗

184 你对这份爱情忠诚吗

你会为情所困吗

186 你会为情所困吗

你今生会遇到几次恋情

187 你今生会遇到几次恋情

你是他一生的最爱吗

188 你是他一生的最爱吗

看他有多爱你

191 看他有多爱你

他的花心程度怎样

194 他的花心程度怎样

你们的爱情还能撑多久

195 你们的爱情还能撑多久

你恋爱的致命弱点在哪里

200 你恋爱的致命弱点在哪里

你现在的恋爱成功率有多大

201 你现在的恋爱成功率有多大

你的恋人想逃脱吗	203
你们在一起会幸福吗	205
你有没有当少奶奶的命	206
你的失恋疗伤期有多长呢	208
你是否对过去的恋情无法忘怀	210
你现在可以结婚了吗	211
你是哪种类型的老婆	212
在男人眼里你最性感的地方是哪里	214
你是个合格的妻子吗	215
你是个合格的丈夫吗	216
到底谁是破坏婚姻的罪魁祸首	217
第三者在你家会找到插足之地吗	219
吃出“性福”之路	221
解读爱人的需求信号	222

第六章 社交心理剖析

与人交往时你是哪类人	226
你的人缘如何	228
你是否患有社交恐惧症	231
你的言语是否招人讨厌	232
你对别人是否具有影响力	234
你的交际弱点在哪里	238

你能在 E 时代沟通自如吗

239 你能在 E 时代沟通自如吗

你能看出对方是什么人吗

241 你能看出对方是什么人吗

发掘与你最契合的朋友

243 发掘与你最契合的朋友

你怎样对待两面三刀的人

245 你怎样对待两面三刀的人

他是你的患难之交吗

247 他是你的患难之交吗

你会背叛朋友吗

248 你会背叛朋友吗

你能够很好地独处吗

249 你能够很好地独处吗

你给人的第一印象如何

250 你给人的第一印象如何

你的处事风格是否果断

253 你的处事风格是否果断

看清他是怎样的心思

255 看清他是怎样的心思

你很有戒心吗

256 你很有戒心吗

你具有察言观色的本领吗

258 你具有察言观色的本领吗

你容易得罪人吗

261 你容易得罪人吗

你是个自立自强的人吗

262 你是个自立自强的人吗

你是交际高手吗

264 你是交际高手吗

第七章 职场心理解析

你的野心有多大

268 你的野心有多大

你现在该跳槽了吗

270 你现在该跳槽了吗

你能不顾一切地去做事吗

274 你能不顾一切地去做事吗

你具备创业者的素质吗

276 你具备创业者的素质吗

你具备亲和力吗

279 你具备亲和力吗

你能抓住升迁的机会吗	282
你的意志力强吗	284
财神何时到你家	288
你有多大的发展潜能	291
成功的战术里你缺哪一招	292
你是老板眼中诚实的员工吗	293
什么样的职业会令你飞黄腾达	296
你是不是工作狂	297
上班族，你目前最期待的是什么	299
你是否掌握了成功的秘密	301
你是一位事业型的人吗	304
你的工作态度及格吗	309
你的决策力如何	310
机会来了你会不会被拒之门外	313
你是哪种职场性格	314
你目前是否有被公司淘汰的危险	316
阻挠你成功的矛盾心态是什么	318
团队中你扮演什么角色	319

第一章

自我认知

★ 1. 2. 3.

你目前的心理是否健康

测试导语

所谓心理健康，是指人对于环境具有高效而愉快的适应。心理健康的人，能保持平静的情绪、敏锐的智能、适应社会环境的行为和气质。当前，越来越多的人意识到心理健康是人生适应各种挑战的精神支柱，是一生保持良好生活质量的精神保障。

你目前的心理是否健康呢？做了以下测试就知道了。请在 20 分钟内完成所有试题，根据个人实际情况选择。

测试开始

1. 有人想请你帮忙，比如替他上夜班，而你不愿意，这时你是否会直接拒绝？
 - A. 基本上是这种情况
 - B. 经常是这种情况
 - C. 偶尔几次会这样
 - D. 基本不会这样
2. 当你被别人占了便宜时，如有人插队在你前面，你是否会不高兴？
 - A. 基本上是这种情况
 - B. 经常是这种情况
 - C. 偶尔几次会这样
 - D. 基本不会这样
3. 你对最亲近的朋友或亲人是否感到满意？
 - A. 基本上是这种情况
 - B. 经常是这种情况
 - C. 偶尔几次会这样
 - D. 基本不会这样
4. 你在办公室或家中做日常事务时，是否希望获得他人的认可或称赞？
 - A. 基本上是这种情况
 - B. 经常是这种情况
 - C. 偶尔几次会这样
 - D. 基本不会这样
5. 在去重要场合前，如面试或参加晚会，你是否需要借助药物帮你镇定？
 - A. 基本上是这种情况
 - B. 经常是这种情况
 - C. 偶尔几次会这样
 - D. 基本不会这样
6. 和朋友一起吃饭，当你有自己的主意时，你是否能使其他人都赞同你？
 - A. 基本上是这种情况
 - B. 经常是这种情况
 - C. 偶尔几次会这样
 - D. 基本不会这样

7. 发生了一件令你不快的事, 比如你爱人回家太晚了, 你是否当时很生气, 事后却感到后悔?
 - A. 基本上是这种情况
 - B. 经常是这种情况
 - C. 偶尔几次会这样
 - D. 基本不会这样
8. 在团体活动中, 你是否会不知如何与人相处, 只能一个人独处?
 - A. 基本上是这种情况
 - B. 经常是这种情况
 - C. 偶尔几次会这样
 - D. 基本不会这样
9. 在一个陌生的场合中, 比如在人数众多的晚会或求职面试中, 你是否会感到忐忑不安, 害怕失败或出丑?
 - A. 基本上是这种情况
 - B. 经常是这种情况
 - C. 偶尔几次会这样
 - D. 基本不会这样
10. 在需要你做出决定时, 如买衣服或选择假日去哪里玩, 你是否会很犹豫?
 - A. 基本上是这种情况
 - B. 经常是这种情况
 - C. 偶尔几次会这样
 - D. 基本不会这样
11. 你的感觉是否比较敏锐, 经常能感知到一些别人无法察觉的东西?
 - A. 基本上是这种情况
 - B. 经常是这种情况
 - C. 偶尔几次会这样
 - D. 基本不会这样
12. 你是否觉得自己的能力高人一等?
 - A. 基本上是这种情况
 - B. 经常是这种情况
 - C. 偶尔几次会这样
 - D. 基本不会这样
13. 你是否曾经对生活绝望, 有过自杀的念头?
 - A. 基本上是这种情况
 - B. 经常是这种情况
 - C. 偶尔几次会这样
 - D. 基本不会这样
14. 你对自己的一些坏习惯, 如吸烟或嗜吃, 是否感到不满意?
 - A. 基本上是这种情况
 - B. 经常是这种情况
 - C. 偶尔几次会这样
 - D. 基本不会这样
15. 你和伴侣间的性生活是否和谐?
 - A. 基本上是这种情况
 - B. 经常是这种情况
 - C. 偶尔几次会这样
 - D. 基本不会这样
16. 当你被封闭在一个比较狭小的空间里时, 你是否会感到恐惧压抑, 甚至无法动弹?
 - A. 基本上是这种情况
 - B. 经常是这种情况

- C. 偶尔几次会这样 D. 基本不会这样
17. 你上床后是否很久才能入睡, 或早上总是醒得太早?
- A. 基本上是这种情况 B. 经常是这种情况
- C. 偶尔几次会这样 D. 基本不会这样
18. 你走出门后, 是否总因担心门没锁好或煤气没关而折回去察看?
- A. 基本上是这种情况 B. 经常是这种情况
- C. 偶尔几次会这样 D. 基本不会这样
19. 你是否很在意干净与否, 总是怕弄脏了别的东西, 或怕别的东西弄脏了你?
- A. 基本上是这种情况 B. 经常是这种情况
- C. 偶尔几次会这样 D. 基本不会这样

测试结果

第1, 2, 3题选A或B, 第6题选B或C, 第11, 12, 13题选D, 余下的题目选C或D。

1~10题, 用于测试你是否对自己有自信。如果和参考答案不相符, 则说明你的自信心不够。

第14, 15, 16, 18题用于检测心理是否健康。如果和答案有出入, 表示你有一点心理障碍。

第11, 12, 13, 17, 19题用于测试心理是否健康。如果和答案不符, 表示你的心理障碍极其严重。

心理评析

现代人由于生活方式的改变, 生活节奏的加快, 一些人的盲目行为增多, 加之过分追求短期效益, 因而失败的几率较高, 从而内心容易失去平衡, 产生心理问题。心理专家认为: “一个人的心理状态常常直接影响他的人生观、价值观, 直接影响到他的某个具体行为。因而从某种意义上讲, 心理健康比生理健康显得更为重要。”

从理论上讲, 一般的心理问题都可以通过自我调节来解决, 每个人都可以利用各种方式自我放松, 缓和自身的心理压力和排解心理障碍。面对“心病”, 关键是你如何去认识它, 并以正确的心态去对待它。提高自己的心理素质, 学会自我心理调节, 学会心理适应, 学会自助, 那么, 每个人都可以在心理疾患发展的某些阶段成为自己的“心理医生”。

要维护心理健康，请从以下几点做起：

1. 加强修养，遇事泰然处之；
2. 合理安排生活，培养多种兴趣；
3. 尽力寻找情绪体验的机会；
4. 保持内心平静；
5. 适当变换环境；
6. 正确认识自己与社会的关系。

你是否拥有一个健康的生活方式

测试导语

你的日常生活习惯合理吗？安排科学吗？做完下面的测试你就知道答案了。请你在 20 分钟之内完成试题，根据个人实际情况进行选择。

测试开始

1. 你吃午饭习惯于：
 - A. 很快吃完
 - B. 特别慢地吃
 - C. 以平常速度吃完，然后休息
2. 平时有什么休闲方式：
 - A. 热衷于社交活动
 - B. 锻炼身体或参加文娱性活动
 - C. 做家务
3. 如何使用假期：
 - A. 喜欢一次性过完
 - B. 分两次，分别在冬季和夏季
 - C. 留着有需要时再用
4. 用多长时间回家：
 - A. 在半小时以内
 - B. 不超过一小时
 - C. 先在外面玩几个小时再回家
5. 如果有事须提前起床，你会：
 - A. 用闹钟定时
 - B. 让别人叫醒
 - C. 自然而然会早起