

☺ 超神奇、超准确的心理游戏

帮你发现身体里隐藏的最真实的自己!

心理游戏好神奇!

微心理

Twitter Psychology

1分钟，读懂自己的微心理游戏

180余个自我认知的心理游戏

每一个都让你遇见全新的自己!

苏拉◎主编

- ★ 你真的了解自己性格的全部吗?
- ★ 你想知道自己做什么最容易成功吗?
- ★ 你的弱点在哪里，你的思维成熟吗?



- 10大关键角度
- 180余个微心理主题

全世界热门的认知心理游戏，一本全收纳！
了解自己、改变自己的第一本书！

独特的心理视角，全方位的心理解释。

你想知道的关于自己的一切，
就从心理游戏开始吧。



电子工业出版社

PUBLISHING HOUSE OF ELECTRONICS INDUSTRY

<http://www.phei.com.cn>

微心理

1分钟，读懂自己的微心理游戏

苏拉 主编

电子工业出版社

Publishing House of Electronics Industry

北京·BEIJING

未经许可，不得以任何方式复制或抄袭本书之部分或全部内容。
版权所有，侵权必究。

图书在版编目（CIP）数据

1分钟，读懂自己的微心理游戏 / 苏拉主编. —北京：电子工业出版社，2013.8
（微心理）

ISBN 978-7-121-20902-4

I. ①1… II. ①苏… III. ①心理学—通俗读物 IV. ①B84-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2013）第145990号

策划编辑：张 轶

责任编辑：张 轶

印 刷：中国电影出版社印刷厂

装 订：中国电影出版社印刷厂

出版发行：电子工业出版社

北京市海淀区万寿路173信箱 邮编：100036

开 本：880×1230 1/32 印张：12.5 字数：190千字

印 次：2013年8月第1次印刷

定 价：36.00元

凡所购买电子工业出版社图书有缺损问题，请向购买书店调换。若书店售缺，请与本社发行部联系，联系及邮购电话：（010）88254888。

质量投诉请发邮件至zlts@phei.com.cn，盗版侵权举报请发邮件至dbqq@phei.com.cn。

服务热线：（010）88258888。

序 拨开表象看自我的心理学游戏

对于很多大公司而言，他们在招聘的时候，已完全脱离了传统的一问一答式的面试。有时候，你回答问题的思维模式、行为表现都成为了面试官观察的标准。考官们通过你的每一个不经意间展示出来的细节就可以判定出你是否是他们想要的人。甚至于一些公司把类似于游戏的趣味测试也搬上了面试考场。你的这些细节真的会出卖你吗？

事实上，每个人都有着自己独特的性格特点，以及待人接物的行事风格。而正是由于这些特点，造成了每个人在世界上的独一无二，而且也会间接地影响到一个人的人生走向。

所以，测试游戏并不是一件虚构的、没有意义的、仅供茶余饭后消遣的事情，而是可以反映真实自我的一种手段，并且可以广泛应用于社交、职场、管理、生活、感情等多个层面。所以，闲暇之时，做些自我测试的游戏，不光可以了解真正的自我，还能改善自己的人际、社交等方方面面的关系，在现代社会有效地保护或是推销自己，当然也可以用来识别他人。

本书将和你一起进行一系列有趣的心理游戏，通过类似微博的形式，让你在一分钟之内，就能从你的穿着打扮、语言、眼神、思维、行事风格等等，看出最真实的你来。

无论你是初涉人事的青年，还是阅历丰富的老人，相信做完这一系列轻松又有趣的心理游戏，你一定可以洞彻自己的心灵，探寻人生的新起点。

简单的游戏，就能识别自己！还等什么！Come on！

感谢为本书提供素材的肖冉、任昆、王君飞、马飞、秦娇娇、邱香宝、杭三妹、白秀英、安全、高玉荣、张晓荣、卢宁、李小龙、周海华、史平、冯旭、张彤。

本书使用说明

1. 10大重要人生板块

想知道自己的性格中隐藏着什么吗？想知道如何获得事业上的成功么？想及时发现自己的缺点、掌控自己的情绪么？本书为你精选了人生10大板块的心理游戏，让你在最短的时间内充分了解自己并获得提升。

2. 184个看透你自己的微心理游戏

在10个大主题下，本书共设置了184个看透你自己的趣味微心理游戏，涵盖了个性、思维、职场、社交、爱情等各个方面，让你全方位了解自己。

3. 超精准的心理分析

我们的心理专家对每个心理细节都给出了最贴心的解释，这些解释可以帮助你更好地了解自己。

4. 至关重要的微提醒

为了让你在了解自己之后，能够针对自己的问题进行修正，本书特意设计了微提醒这一板块，是对主题的有力补充，让你在主题阅读的同时，学得更多！

Part 1

找到隐藏在你体内的真实性格

- 001 测测你的性格特点 / 12
- 002 测测你的性格类型 / 14
- 003 测测你的第二人格 / 16
- 004 手型看性格 / 18
- 005 说话习惯看性格 / 20
- 006 洗澡习惯看性格 / 22
- 007 测测你与人的相处程度 / 24
- 008 颜色选择透露你的性格 / 26
- 009 选择音乐看性格 / 28
- 010 汽车选择看性格 / 30
- 011 意外之财透露性格 / 32
- 012 吵架中隐藏的性格 / 34
- 013 娱乐中潜伏的第二人格 / 36
- 014 看电视揭露你的性格 / 38
- 015 从起床看你的性情 / 40
- 016 睡前习惯揭示你的男人类型 / 42
- 017 穿鞋喜好揭示你的女人性格 / 44

Part 2

身上的缺点，你真正了解到吗？

- 018 测测你的缺点 / 48
 - 019 睡姿暴露你的缺点 / 50
 - 020 测测你的心理缺点 / 52
 - 021 生活细节看你有什么缺点 / 54
- 

-
- 022 测测你有什么要改进的缺点 / 56
023 测测你看不开什么 / 58
024 测测你事业发展上的阻碍 / 60
025 测测你在工作中的弱点 / 62
026 测测你的职场智商 / 64
027 测测你容易吃什么亏 / 66
028 测测你的竞争力 / 68
029 测测你的感情致命点 / 70
030 测测你会为情所困吗 / 72
031 测测你在社交中的缺点 / 74
032 测测你对友谊的态度 / 76
033 测测你的人际交往形象 / 78
034 测测你的小气程度 / 80
035 测测你的嫉妒心 / 82
036 测测你有多残酷 / 84
037 测测你是急性子吗 / 86
038 测测你的野蛮度 / 88

Part3

发现你的天赋，找到正确职场路

- 039 测测你的职场方向 / 92
040 测测你的职场前景 / 94
041 测测你的工作态度 / 96
042 测测你能否做领导 / 98
043 测测你的老板天赋 / 100
044 测测你职场管理能力 / 102
045 你解决问题的能力如何 / 104
046 测测你的职场欢迎度 / 106
047 测测你的职场潜能 / 108
048 测测你的职场洞察能力 / 110
049 测测你在职场中的为人 / 112
050 测测你有成为富翁的潜质吗 / 114
051 测测你是否会跳槽 / 116

-
- 052 测测你的职场危机 / 118
 - 053 你最近适合换工作吗 / 120
 - 054 你怎样处理职场危机 / 122
 - 055 测测你的职场幸运度 / 124
 - 056 测测你面对办公室斗争的态度 / 126
 - 057 测测你的工作特质 / 128
 - 058 测测你的人才特质 / 130

Part4

你的思维模式决定行为模式

- 059 测测你的思维方式 / 134
- 060 你是直觉型还是理智型 / 136
- 061 测测你的表达能力 / 138
- 062 测测你的价值观 / 140
- 063 测测你的生活态度 / 142
- 064 你会见机行事吗 / 144
- 065 你是现代人吗 / 146
- 066 测测你的解决突发情况的能力 / 148
- 067 测测你的思维创新能力 / 150
- 068 你会换位思考吗 / 152
- 069 测测你能控制自己吗 / 154
- 070 测测你是否会逃避 / 156
- 071 测测你对逆境的态度 / 158
- 072 测测你的抵抗能力 / 160
- 073 测测你是否会犯罪 / 162
- 074 测测你关于死亡的态度 / 164
- 075 你怎样看待命运 / 166
- 076 测测你的领悟能力 / 168
- 077 测测你的判断力 / 170
- 078 你的控制欲望如何 / 172

Part5

你是“空想家”还是“行动者”？

- 079 测测你能否打造未来 / 176
- 080 从科幻情节看你的生活情节 / 178
- 081 测测你有进取心吗 / 180
- 082 测测你会安排时间吗 / 182
- 083 测测你的前进动力 / 184
- 084 你能把握机会吗 / 186
- 085 测测你有企图心吗 / 188
- 086 测测你有事业心吗 / 190
- 087 测测你有野心吗 / 192
- 088 你的工作运气旺不旺 / 194
- 089 测测你会错失什么机会 / 196
- 090 你能展现自己的实力吗 / 198
- 091 测测你有发财梦吗 / 200
- 092 测测你致富目标是否实际 / 202
- 093 测测你的爱情期望 / 204
- 094 你认为爱情浪漫吗 / 206
- 095 你为什么交不到男朋友 / 208
- 096 测测你会陷入什么感情陷阱 / 210
- 097 你和女性的交往心理如何 / 212

Part6

控制情绪还是被情绪控制？

- 098 小坐姿隐藏大情绪 / 216
- 099 从手掌看情绪 / 218
- 100 测测你的性格情绪 / 220
- 101 测测你的工作情绪 / 222
- 102 你的情绪与星座 / 224
- 103 测测你的压力情绪 / 226
- 104 测测你在恐惧什么 / 228

-
- 105 测测你的焦虑感 / 230
 - 106 测测你的情绪控制力 / 232
 - 107 你有婚姻暴力倾向吗 / 234
 - 108 测测你的脾气 / 236
 - 109 你是性情中人吗 / 238
 - 110 测测你是否善变 / 240
 - 111 测测你有多任性 / 242
 - 112 测测你的悲观情结 / 244
 - 113 测测你目前的生活情绪 / 246

Part 7

在职场上，你属于哪种类型的人？

- 114 你是什么类型的职场人 / 250
- 115 测测你的职业特质 / 252
- 116 测测你是哪种上班族 / 254
- 117 测测你的女白领类型 / 256
- 118 你是创业型人才吗 / 258
- 119 你的工作压力类型 / 260
- 120 你在职场中擅长什么 / 262
- 121 你在职场中像什么动物 / 264
- 122 测测你的职场目标类型 / 266
- 123 测测你的工作方法 / 268
- 124 测测你应对上司的类型 / 270
- 125 测测你的事业心类型 / 272
- 126 测测你的责任心类型 / 274
- 127 你是平步青云的类型吗 / 276
- 128 测测你的办事风格 / 278
- 129 你在职场中的拼命类型 / 280

Part8

判断一下自己能否成为有钱人

- 130 你有什么样的金钱欲望 / 284
- 131 测测你的金钱观 / 286
- 132 你的财运怎么样 / 288
- 133 测测你能抵住金钱诱惑吗 / 290
- 134 三年后你会成为有钱人吗 / 292
- 135 测测你是守财奴吗 / 294
- 136 测测你的财路如何 / 296
- 137 测测你的发财时间 / 298
- 138 测测你的原始财富积累 / 300
- 139 测测你的赚钱技巧 / 302
- 140 测测你的赚钱方向 / 304
- 141 你怎样才能多赚钱 / 306
- 142 你是什么类型的富翁 / 308
- 143 你适合创业吗 / 310
- 144 测测你缺钱的原因 / 312
- 145 测测你的败家指数 / 314

Part9

检查一下你受欢迎的程度

- 146 测测你受欢迎吗 / 318
- 147 测测你的受欢迎程度 / 320
- 148 小宝宝测你的社交欢迎度 / 322
- 149 测测你的亲和力 / 324
- 150 测测你的人缘如何 / 326
- 151 测测朋友会与你为敌吗 / 328
- 152 你是朋友中的开心果吗 / 330
- 153 你是办公室的独行侠吗 / 332
- 154 测测你的职场影响力 / 334
- 155 测测你受下属的欢迎吗 / 336
- 156 你受办公室欢迎吗 / 338

-
- 157 测测你的办公室立场 / 340
158 测测你受异性欢迎吗 / 342
159 你如何更受异性欢迎 / 344
160 你为何不受异性欢迎 / 346
161 你吸引什么样的人 / 348
162 你的社交状态如何 / 350
163 你人际关系和谐吗 / 352
164 测测你会受到敬重吗 / 354

Part 10

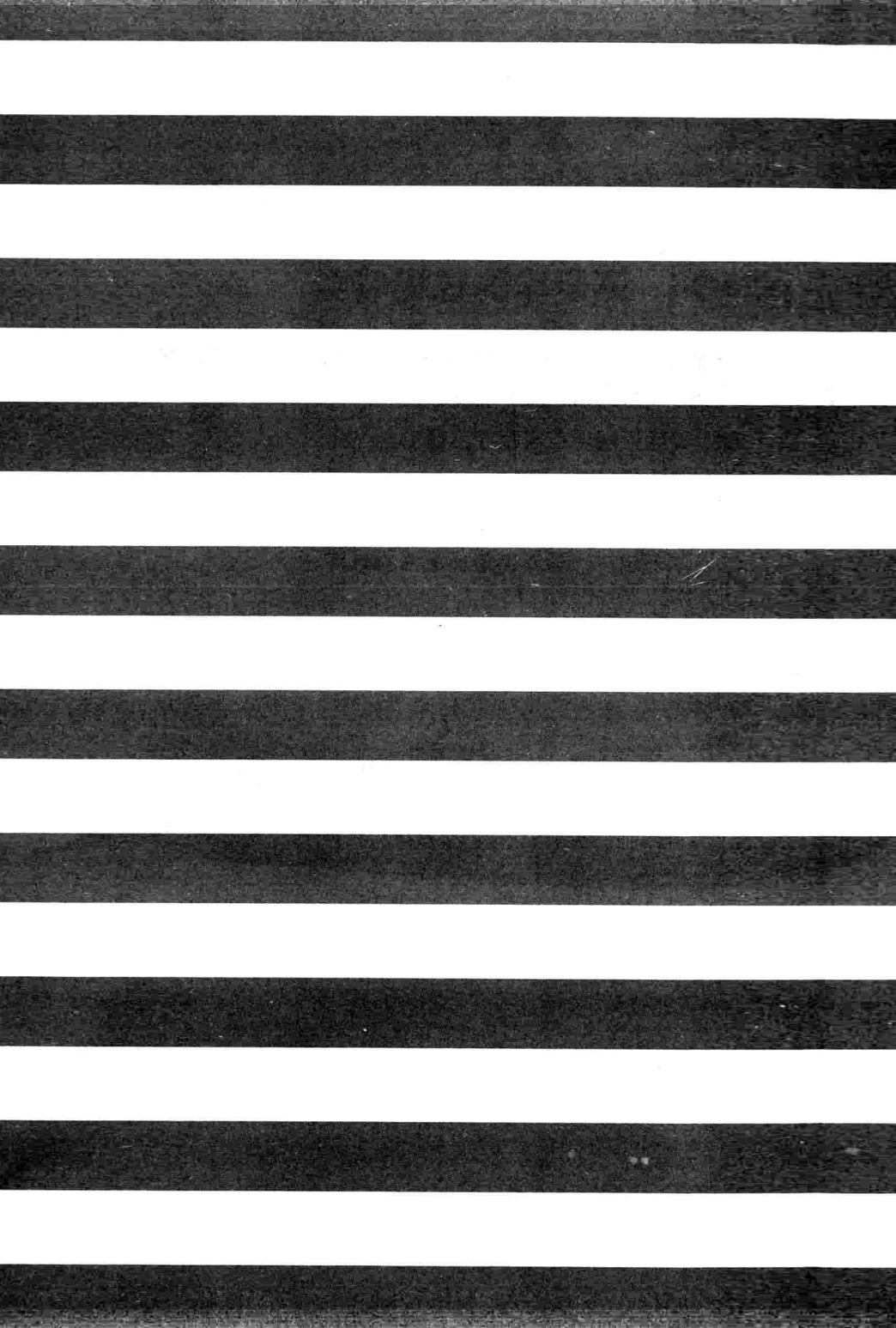
关于爱情，你是弱者还是强者？

- 165 测测你的爱情观 / 358
166 测测你的恋爱法 / 360
167 测测你的理想爱情 / 362
168 测测你的爱情忠诚度 / 364
169 测测你爱情敏感度 / 366
170 你的爱情是否轰轰烈烈 / 368
171 测测你哪点最吸引异性 / 370
172 测测异性眼中的你 / 372
173 测测你会把桃花运赶跑吗 / 374
174 你会是爱情大赢家吗 / 376
175 你会拥有长久的爱情吗 / 378
176 你会和喜欢的人在一起吗 / 380
177 测测你能掌控异性吗 / 382
178 测测你的爱情花 / 384
179 测测你的爱情幸福度 / 386
180 测测你会闪婚吗 / 388
181 测测你结婚的目的 / 390
182 测测爱人会宠着你吗 / 392
183 测测你的另一半类型 / 394
184 测测你最近的爱情运势 / 396

Part I

找到隐藏在你体内的真实性格

每个人都有自己的个性，它影响着我们平时的工作、学习和生活，主宰着我们的爱情和事业。那么，你对自己了解多少呢？你的性格到底如何呢？你的性格对你的人生选择有什么样的影响呢？不妨一起来测一测。



001 测测你的性格特点

在地铁或公交车里，如果你没有位置可坐，而是站在车厢内，你是用哪种方式抓住吊环呢？

- A. 单手五根手指紧握住吊环
- B. 两手各抓一个吊环
- C. 单手三四根手指钩住吊环
- D. 不抓吊环，单手直接抓上方的铁杆

测试结果：

A:

你善于分析及推理，头脑相当清楚，对于事情的判断通常也很准确。

B:

你怀有许多理想，但是说到要付诸实行，就没有什么概念与计划，所以多半只是空想。

C:

你的心思较为细腻，也愿意帮助别人，善于处理烦琐、需要耐心的事物。

D:

如果你不是身材较为高大，那么就是个性较为开朗果断，独立自主、不喜欢计较的人。



对于选A的人，你很理性，待人接物表现得有点冷淡，让人不易亲近，在生活和工作中若能及时表达自己的想法，让人理解做事的初衷，会让你更加受人欢迎。

对于选B的人，你需要学会制定计划，并有条不紊地执行才能避免自己流于空想之辈。

对于选C的人，你的热心会让别人总找你帮忙，这会让你感到疲惫。不妨学着拒绝，还自己一个轻松的生活。

对于选D的人，在开朗大方的同时，加上细致认真的态度，会让你迅速成为朋友、同事圈中的老大。

002 测测你的性格类型

假设今日是你的生日晚会，在你的客人当中，有下面5位重要嘉宾，你选谁坐在你身边？

- A. 运动选手
- B. 作家
- C. 算命先生
- D. 流行歌手
- E. 班主任

测试结果：

A:

开朗型。善于社交生活，也是一位领导人物，在朋友、同学的小圈子之中很受欢迎，而别人也很愿意以你的主意为主意。在团体生活中，很受异性朋友的欢迎。

B:

细腻型。你是个很细心的人，不但留意大事，连很琐碎的事也特别留心，别人有问题时也喜欢跟你商量，因为你很愿意聆听别人的倾诉，又常常能给对方一些很好的意见。