

汪 洲 / 编著

惊喜心动

测一测

ONESELF MEASURE HANDBOOK



**每个人都有权利
深刻了解自己
是何种物质塑造而成的**

拿破仑·希尔社会生存力测试

埃迪特·莫娜恋爱婚姻测试

安东尼·罗宾天赋素质测试

丹尼尔·戈尔曼最新EQ测试

卡耐基个性心理测试 / 人际关系测试

中国城市出版社



B841.7
18

惊喜心动测一测

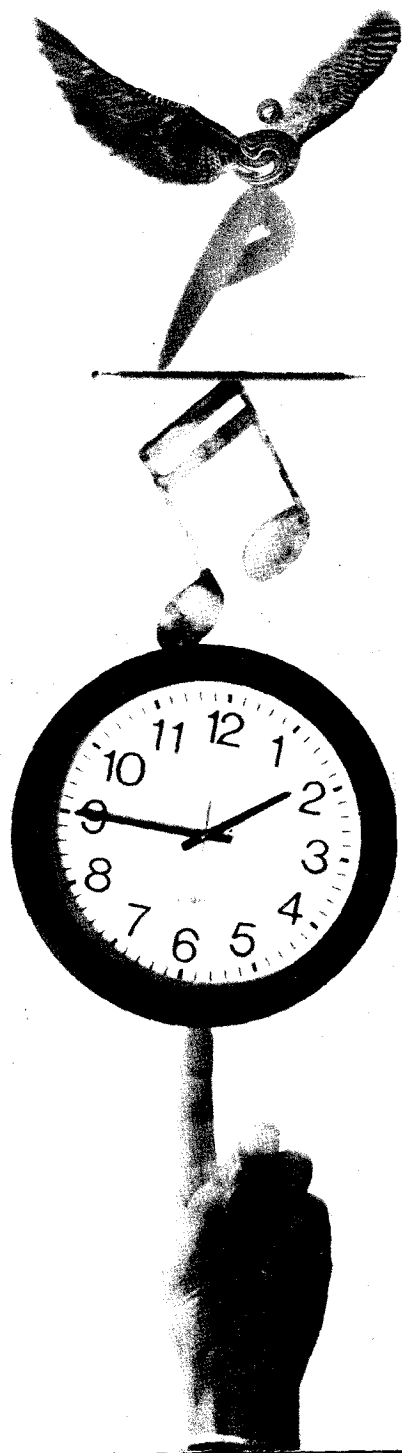
汪 洲 编著

中国城市出版社

惊喜心动 测一测

ONESELF
MEASURE
HANDBOOK

汪 洲 / 编著



中国城市出版社

: 杨

图书在版编目(CIP)数据

惊喜心动测一测/汪洲编著. - 北京:中国城市出版社,
2000.1

ISBN 7-5074-1183-4

I. 惊… II. 汪… III. 个性心理特征-测试 IV. B484

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 66366 号

21.40/33

责任编辑 孙建庆

美术编辑 杨 群

责任设计编辑 王质麒

出版发行 中国城市出版社

地 址 北京市朝阳区和平里西街 21 号 邮编 100013

电 话 84275833 传真 84278264

电子信箱 cncity @peoplespace.net

经 销 新华书店

印 刷 北京市通县电子外文印刷厂印刷

字 数 323 千字 印张 12.375

开 本 850×1168(毫米) 1/32

印 次 2000 年 1 月第 1 版 2000 年 8 月第 2 次印刷

印 数 5001—8000 册 定价 22.80 元

· 版权所有、翻印必究 ·

前 言

“认识你自己”，这句话刻在古希腊雅典娜神庙的门柱上。简简单单的一句话却道出了一个永恒的哲理：世界上最深奥最难解的谜就是人类自身！

现实生活中，我们常可看到这样的情形：有些人一年到头都在奔波、忙碌，可以说是兢兢业业，但奇怪的是，成功、快乐、幸福等美好的事物似乎总在小心翼翼地避着他，与他无缘；而紧张、焦虑、失败、挫折等阴影却时刻都在尾随着他，令他疲于应付，以至焦头烂额，伤痕累累。久而久之，整个人便陷入了消沉、颓唐的泥潭之中，除了哀叹、愤恨、自暴自弃、愤世嫉俗之外，便再也无所作为了。

你也许仪表堂堂，而且学历、身材都不低，相比身边的许多人，你各方面的条件都很不错，为什么生活中还有如此多的失意与痛苦？人生之路为什么又是如此的坎坷不平？

这究竟是怎么回事？

在此，我们不妨问一句：“朋友，你了解自己吗？你认识自己吗？”对这样的问题，也许有人会不以为然，也许有人会报以蔑视，甚至有人还会说：“我就是命不好嘛！”

对此，我们要说：“朋友，你错了。”

人类文明史发展到现在，已经进入信息时代，作为一个现代人，如果还是抱着陈旧的宿命观来看待自己，那么无论怎样，这都是一个认识上的误区。所谓的“命”是什么？按照现代科学的观点，它指的就是一个人在无限的可能性中界定自己的有限性，

不再是以往那种“谋事在人，成事在天”，“生死有命，富贵在天”之类的陈旧的宿命观了。那种陈旧的宿命观理应遭到现代人的唾弃。

那么，何谓“界定自己的有限性”？简言之，就是认识你自己！而“认识自己”这一行为应该是积极主动的，不应是消极被动的。一个人只有深刻清醒地认识了自己，才有可能为自己的今天和明天作出恰如其分的判断，才有可能对自己的生活和事业进行有力到位的把握，最终，才有可能走向成功之路！

但是，要认识自己又谈何容易！

从现代心理学的观点来看，每一个人都是一个完整的小世界，一个人要想真正认识自己，把握自己的生活和事业，走向成功，那么首先就应该从每个人深层的个性心理上去探寻自己的秘密。现代心理学研究表明，人与人之间从出生之日起，就不可避免地存在着心理上的差异性，而且，随着个人所处的社会环境、生活经历以及日后所受教育的不同，这种差异性将会日益扩大、加深，并直接在理想、信念、性格、气质、兴趣、能力等诸多方面表现出不同的倾向。这些不同又会影响到一个人成年后的生活方式、健康状况、恋爱交友、婚姻家庭、职业选择等方方面面。

人与人之间是有区别的，这是不争的事实。关键在于，我们每个人都能够认识自己，把握自己。唯有这样，才能够认识世界，把握世界，最终为自己在生存竞争日趋激烈的现代社会确立起自己无可取代的独特位置，从而实现自我价值和社会价值。

心理测验在国外是非常流行的。国内许多领域也已广泛采用这一条自我认知的科学途径。卡耐基、拿破仑·希尔、埃迪特·莫娜、丹尼尔·戈尔曼、安东尼·罗宾……这些声名显赫的成功者典范、心理学大师，他们的著作近年来在我国大多已有所译介。对我们而言，这些大师的名字已耳熟能详。但无庸讳言，由于中西文化背景的不同，民族特性的不同，他们的著作，尤其是涉及心

理自测方面的著作，对中国人而言，难免有隔靴搔痒之嫌。基于此，我们在这些心理学大师有关心理自测著作的基础上，参考了大量权威性资料，精心选编了这部《惊喜心动测一测》，为的是更科学、更全面地满足我国读者的需要。

认识自己，把握自己，这是热爱生命的现代人终生不倦的追求。如果说每一个人都是一个完整而又独特的小世界，现代心理学则是通往这个小世界的大门。现在，请拿起笔来，翻开这部书，通过自测试题的问答，给属于你的这扇大门配一把开启的钥匙！

汪 洲

1999年10月15日

目 录

前 言	(1)
-----------	-----

第一章 水中的倒影

卡耐基个性心理测试	(1)
-----------------	-----

生活的成功、快乐与否，完全取决于个人对人、事、物的看法如何，美好的人生又取决于成功的性格，而人的性格往往不经意地表现在日常对衣食住行的喜好和一些小动作上。

●如何测试你的性向?	(2)
●你的性格如何?	(11)
●你充满自信吗?	(13)
●你是个乐天派吗?	(16)
●你羞怯腼腆吗?	(18)
●你是个世故精明的人吗?	(22)
●你是个感情用事的人吗?	(24)
●你开车时流露出什么样的性格?	(27)
●你的气质如何?	(30)
●怎样通过服饰看个性?	(36)
●怎样通过颜色判别你的个性?	(39)
●怎样通过体型判断性格?	(40)
●你有什么阻碍你成功的缺点?	(42)
●你是个虚荣心强的人吗?	(45)

- 你在醉态中流露出什么样的个性? (47)
- 你的人格特质如何? (49)

第二章 上帝对你偏心吗

安东尼·罗宾天赋素质测试 (62)

天才和常人的确有所不同。从这一点来说,上帝是偏心的。但我们不要忘记,每个人都有权利深刻了解自己是 by 何种物质塑造而成的,懂得自己的伟大与渺小,洞悉生命的奥秘,从而激发起内在心灵的潜力。这样,你就在扮演着上帝的角色,从而真正成为主宰自己命运的上帝。

- 你是个聪明人吗? (63)
- 你天性敏感吗? (66)
- 你的智商如何? (68)
- 你有艺术天分吗? (80)
- 你的创造力倾向测量表如何? (93)
- 你有工程师的天分吗? (97)
- 你是否具有创造能力? (106)
- 你有很强的适应能力吗? (111)
- 你的逻辑推理能力如何? (113)
- 你的天赋能力如何? (117)

第三章 行走在钢筋水泥的丛林里

拿破仑·希尔社会生存力测试 (126)

人生是一场赌博。在这场赌博中,运气只占很小的比例,最终决定输赢的是最后一张牌——你自己。奇妙的是,这张牌究竟是皇后还是黑桃A,完全取决于你自己。

●你能够承受压力吗？	(127)
●你能够应付困境吗？	(134)
●你时常产生恐惧害怕的情绪吗？	(138)
●你的应变能力强吗？	(141)
●你有处理人际关系的能力吗？	(145)
●你有公关才能吗？	(148)
●你的职业与你的能力协调吗？	(151)
●你有管理才能吗？	(158)
●你是个宽厚之人吗？	(162)
●你的事业心强吗？	(166)
●你有竞争力吗？	(169)
●你是金钱的奴隶吗？	(173)
●你的克制力强吗？	(180)
●你是个负责任的人吗？	(183)
●你具备领导才干吗？	(184)
●你抗拒诱惑的能力强吗？	(186)

第四章 向别人借一对飞翔的翅膀

卡耐基人际关系测试	(190)
-----------------	-------

懂得合作的人，就是懂得自然法则的人，就是懂得生存竞争的人，就是懂得如何走向成功的人。

●你能够获得他人的好感吗？	(191)
●你稳重可靠吗？	(193)
●你给人的第一印象好吗？	(197)
●你的交友方式如何？	(200)
●你热衷于交际吗？	(202)
●你能和朋友始终愉快地相处吗？	(204)

- 你是个轻松活泼的人吗? (208)
- 你是个有幽默感的人吗? (212)
- 你对他人的信任感如何? (218)
- 你受欢迎吗? (219)
- 你是个有良好修养的人吗? (222)
- 你在人际交往中带有敌对情绪吗? (224)
- 你擅长与人交谈吗? (227)
- 你是个拥有影响力的人吗? (229)
- 你对自己的形象有什么看法? (233)
- 你善于编织社会关系网吗? (237)

第五章 丘比特不长眼睛

埃迪特·莫娜恋爱婚姻测试 (242)

生命的夜空中寂寞无垠，流星划过，照亮的是永恒的爱与忧伤，驱散的是无边的黑暗。

- 你的恋爱方式是哪种类型? (243)
- 你懂得掌握男性的最佳方法吗? (248)
- 你具备判断女性内心秘密的直觉吗? (252)
- 你是个富有魅力的成熟女性吗? (257)
- 你是个富有魅力的男性吗? (261)
- 你对爱情理智实际吗? (264)
- 你是个风采照人的女性吗? (270)
- 你以什么样的方式接近男性? (273)
- 你俩般配吗? (277)
- 你们夫妻在心理上合谐吗? (283)
- 你的性生活如何? (300)
- 你的婚姻美满吗? (306)

第六章 善待自己

丹尼尔·戈尔曼最新 EQ 测试 (311)

我们常常会看到这样的情形：一个智商很高被视为天才的人往往一事无成，而一个情绪稳定、人格健全、心态平衡的普通人最终却成就了一番极不普通的事业。

- 你目前的心境如何? (312)
- 你的情绪稳定吗? (314)
- 你的情绪是否健康? (318)
- 你是个抑郁的人吗? (321)
- 你对生活满怀好奇与渴望吗? (323)
- 你是个害怕寂寞的人吗? (326)
- 你有安全感吗? (329)
- 你是个野心勃勃的人吗? (336)
- 你善于为人处事吗? (339)
- 你目前的心态如何? (343)
- 你是个有独立性的人吗? (345)
- 你有融入社会的能力吗? (347)
- 你是个勇于行动的人吗? (353)
- 你有获取成功的雄心吗? (355)
- 如何进行精神症状的自我鉴定? (358)
- 你是个心平气和的人吗? (367)
- 你的情绪稳定性如何? (371)

参考书目 (384)

第一章 水中的倒影

卡耐基个性心理测试

生活的成功、快乐与否，完全取决于个人对人、事、物的看法如何，美好的人生又取决于成功的性格，而人的性格往往不经意地表现在日常对衣食住行的喜好和一些小动作上。

——卡耐基

戴尔·卡耐基无疑是我们这个时代最伟大的心理学大师。他对现代人个性心理的深刻洞察，使得他能够轻而易举地捕捉住一些在我们的生活中几乎已经被遗忘的种种细微征象。正是通过这些征象，他打开了一扇通向自我认知的秘密途径。也许，在他之前或之后，都不会有人做得像他那么出色了。因为，他提供的不仅仅是局限于学院以及各种研究机构用以对人进行解析的理论，而是为每一个人提供了简单实用的寻求个人幸福与社会成功的自我认知方法。他的听众中不仅有大学教授、政客、亿万富翁、电影明星、艺术家，而且还有青年学生、街头小贩、广告推销员、清洁工、保姆、建筑工人以及许多普通家庭中的父亲、母亲和孩子。构建成以下这组个性心理测试题的主要内容即源于他的多部心理学著作，其明晰性与准确性都有着卡耐基个性心理学所具有的独特风格。

● 如何测试你的性向？

(一)

以下共有 50 道题，请根据自己的情况如实回答。符合的，则把该问题后的“+”号圈起来；难以确定的，则把“?”号圈起来；不符合的，则把“-”号圈起来。

- | | | | |
|-----------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| 1. 你与观点不同的人也能保持友好关系。 | ☒ + | ☐ ? | - 1 |
| 2. 你读书阅报速度较慢，力求完全看懂。 | + | ☐ ? | ☒ - |
| 3. 你办事干脆利落，但较马虎。 | + | ☐ ? | - 1 |
| 4. 你经常自我反省，分析、研究自己。 | ☒ + | ☐ ? | - |
| 5. 当你生气时，你会不加控制地发泄怒气。 | ☒ + | ☐ ? | - 2 |
| 6. 在人多的场合你不喜欢引起别人注意。 | + | ☐ ? | ☒ - |
| 7. 你从不制订几年后的生活计划。 | ☒ + | ☐ ? | - 2 |
| 8. 你待人处事总是小心翼翼。 | + | ☐ ? | ☒ - |
| 9. 你是个放浪形骸不拘小节之人。 | ☒ + | ☐ ? | - |
| 10. 你疑心病很重，常无端猜疑别人。 | ☒ + | ☐ ? | - |
| 11. 你乐意从事领导某个团体的工作。 | + | ☐ ? | ☒ - |
| 12. 你从不敢在众人面前发表演说。 | + | ☐ ? | - |
| 13. 受嘉奖后你会工作得更努力。 | + | ☐ ? | ☒ - |
| 14. 你希望过平静、轻松的悠闲生活。 | + | ☐ ? | ☒ - |
| 15. 你讨厌写日记。 | + | ☐ ? | ☒ - |
| 16. 你常常回忆过去的的生活。 | ☒ + | ☐ ? | - |
| 17. 你喜欢不停地换工作。 | + | ☒ - | - |
| 18. 你常独自一人想入非非。 | ☒ + | ☐ ? | - |
| 19. 你热衷于参加集体活动。 | + | ☐ ? | ☒ - |

20. 周围若有说话声或收音机声，你就无法静下心来读书、学习。

⊕ ? -

21. 你对金钱从不精打细算。

⊕ ? -

22. 房间里乱成一团，你就静不下心来。

+ ? ⊖

23. 你对待生活的态度非常乐观。

⊕ ? -

24. 你喜欢独自一人待在房间里休息。

⊕ ? -

25. 你从不逃避麻烦的事情。

+ ? ⊖

26. 你很在意别人对你的看法。

⊕ ? -

27. 你从不主动制订学习或工作计划。

⊕ ? -

28. 你常感到自卑。

+ ? ⊖

29. 你经常变换自己的观点和看法。

⊕ ? -

30. 你很注意交通安全。

+ ? ⊖

31. 你守不住秘密，总想对人说出来。

⊕ ? -

32. 你总是三思而后行。

+ ? ⊖

33. 你不大在意穿着打扮。

+ ? ⊖

34. 你工作时不喜欢有人在旁边观看。

⊕ ? -

35. 和他人交谈时，你喜欢滔滔不绝地说话。

⊕ ? -

36. 你总是独立思考回答问题。

+ ? ⊖

37. 你的情绪容易波动，极不稳定。

⊕ ? -

38. 你不会轻易相信一个陌生人。

⊕ ? -

39. 遇上不懂的问题你就去问别人。

⊕ ? -

40. 你不善于结交新朋友。

+ ? ⊖

41. 你口才很不错。

+ ? ⊖

42. 你在交际场合喜欢保持沉默。

+ ? ⊖

43. 比起读小说和看电影来，你更喜欢郊游和跳舞。

+ ? ⊖

44. 你不喜欢和陌生人打交道。

+ ? ⊖

45. 你认为实践比探索理论更重要。

⊕ ? -

46. 你忘不了自己的失败经历。 ☒ ? -
 47. 你能很快适应新环境。 ☒ ? -
 48. 你很在意同伴们的成就。 ☒ ? -
 49. 你常过高估计自己的能力。 ☒ ? -
 50. 你在购物时常拿不定主意。 ☒ ? -

计分与说明

题号为奇数的题目，每圈一个“+”计2分，每圈一个“-”计1分，圈“-”的计0分；题号为偶数的题目，每圈一个“-”计2分，每圈一个“+”计1分，圈“+”的计0分。最后将各道题的分数相加，其和即为你的性向指数。

性向指数在0与100之间。由性向指数的数值就可以了解一个人内倾或外倾的程度。总分为0~19分属内向型；总分为20~39分属偏内向型；总分为40~59分属中间型；总分为60~79分属偏外向；总分为80~100分属外向型。

(二)

请先回答下列问题，然后评分，根据评分结果便可知你属哪种性格类型。

答题方法：当你的性格符合A的提问时，就在A格内画√；如符合C，则在C格内画√；如对A、C均无法确定，就在B格内画√。

I

1. A. 独处时心情较平静安稳。
 C. 只有与朋友聚会时心情才安稳。

☒	B	C
-------------------------------------	---	---

2. A. 不善于结交朋友。

C. 善于结交朋友。

A	B	☒ C
---	---	---------------------------------------

3. A. 大庭广众之下，常感心跳加速，举止不自然。

C. 大庭广众之下，镇定自如，谈笑风生。

A	☒ B	C
---	---------------------------------------	---

4. A. 头一次与人见面，不能融洽地交谈。

C. 即使头一次见面，也能融洽地交谈。

☒ A	B	☒ C
---------------------------------------	---	---------------------------------------

5. A. 不善于领导他人。

C. 喜欢当领导。

☒ A	B	C
---------------------------------------	---	---

6. A. 善于控制自己，即使有不愉快的事，也不露出来。

C. 感情冲动，常失去控制，易喜怒无常。

A	B	☒ C
---	---	---------------------------------------

7. A. 聚会时，喜欢坐后面的位置。

C. 聚会时，喜欢坐在前面。

A	☒ B	C
---	---------------------------------------	---

8. A. 即使自己很了解的问题也羞于当众回答而保持沉默。

C. 还没被提问到，就抢先回答。

A	☒ B	C
---	---------------------------------------	---

II

1. A. 买工具书时，常拿不定主意，不知哪本好。

C. 认为好的工具书，马上掏钱就买。