

心理励志文丛 | 为心「疗伤」

自我测试的 心理学游戏

马 男 / 主编



一边游戏一边思考
一边学习一边解密

一本可以边玩边学的书
带你重新认识全新的自己
从此不再迷茫，不再胆怯



团结出版社

心理励志文丛 | 为心「疗伤」



自我测试的 心理学游戏

—— 马 男 / 主编 ——

 团结出版社

图书在版编目(CIP)数据

自我测试的心理学游戏 / 马男主编. —北京: 团结出版社, 2019.1

ISBN 978-7-5126-6595-8

I. ①自… II. ①马… 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 (2018) 第 206834 号

出版: 团结出版社

(北京市东城区东皇根南街 84 号 邮编: 100006)

电话: (010)65228880 65244790(出版社)

(010)65238766 65113874 65133603(发行部)

(010)65133603(邮购)

网址: <http://www.tjpress.com>

E-mail: 65244790@163.com(出版社)

fx65133603@163.com(发行部邮购)

经销: 全国新华书店

印刷: 三河市金轩印务有限公司

开本: 640 毫米×920 毫米 16 开

印张: 15

印数: 5000 册

字数: 200 千字

版次: 2019 年 1 月第 1 版

印次: 2019 年 1 月第 1 次印刷

书号: 978-7-5126-6595-8

定价: 39.80 元

前言

Preface

你了解真实的自己吗？你想知道自己的性格有哪些弱点吗？你想知道自己具备哪些成功的潜质吗？你想知道自己在社交上有哪些不足之处吗？你了解自己在婚恋中处于什么样的状态吗？如此等等，相信很多人都想知道。其实，人的一生，就是了解自己、认识自己和超越自己的过程。当有人问古希腊哲学家泰勒斯，“你认为生活在这个世界上，最困难的是什么？”泰勒斯毫不犹豫地回答道：“认识自己是最困难的事情。”的确如此，生活中我们最大的敌人不是对手而是自己，如何才能真实、理性、客观地了解自己呢？

生活中，为你提供了解自己的途径很多，例如自己的感受、他人对你的评价等。但这不是全部，甚至还不能让你信服，大多情况下，自己的主观感受和他人对你的了解仅仅是一个方面而已，对你的全部而言，不过是冰山的一角。

当然，你不用担心，心理学游戏可以帮你打开一扇了解自己的门，从此不再为“我是谁”而苦恼。心理学游戏是一种比较客观的测试方法，是指以游戏、测试的方式，在自然状态下将人的某些心理特征数量化，来衡量人的智力水平和个性方面差异的一种科学测

试方法。

基于此，我们推出了这本《自我测试的心理学游戏》——可以说该书完全为你完全量身定做。本书从自我认知、性格奥秘、心理扫描、成功潜质等九个方面对你的人格特征进行全方位扫描，将你的优势和弱点毫无保留地呈现在你眼前。在阅读本书的过程中，你只需根据书中所涉及的问题，认真回答就可以了。

书中所选的心理学测试题，多出自世界权威机构和心理学家的多年研究成果，每个测试都是人们了解自我、认识世界的一个途径。明智的人会利用这些测试题更好地了解自己的优缺点，进而扬长避短、完善自我，走向成功。

目 录

Contents

第一章 自我认知：发现真实的自己

在别人眼中你属于哪种人	002
你的空间判断能力怎么样	003
你的观察能力怎么样	004
你的想象力怎么样	006
你的创意能力怎么样	008
你的心魔是什么	010
你的情商怎么样	011
你说话令人讨厌吗	016
你的“死穴”是什么	018
你是如何面对逆境的	020
你的“野蛮”属于哪一类	021
你是合群的人吗	023

第二章 性格奥秘：你的生命将走什么路线

你是否善于协调自己的个性	026
你有什么性格弱点	027
你的“幼稚指数”有多少	028
你是否是一个具备坚韧性格的人	029
通过发型看你的性格	031
从喜爱的水果看你的性格	032
你是否是一个充满自信的人	033
从口头禅看你的性格	034
你的综合性格是什么类型	035
你是否是一个理智的人	039
你有双重性格吗	041
你是善变的人吗	042
你是人群中的大多数吗	043
在异性眼中，你有哪些独特的韵味	046
你是否足够成熟	049

第三章 心理扫描：心安才能身安

你的心理弱点在哪儿	052
你对什么有恐惧情结	053
你有强迫症吗	054
你是偏执的人吗	055
你会有自闭的倾向吗	059

你的精神压力大吗	060
你害怕空虚吗	061
你什么时候会紧张	063
你有自杀的倾向吗	065
你害怕孤独吗	066
你是一个自卑的人吗	067
你是乐观主义者吗	069
你是否过于太敏感	072

第四章 成功潜质：成功距离你还有多远

你身上的成功潜质是什么	076
你属于哪种人才	077
你属于哪种创业者	078
你有良好的团队合作精神吗	079
看看你的抱负指数如何	081
你对成功的欲望指数有多高	084
你事业上的软肋在哪里	085
你最欠缺的能力是什么	086
你的竞争意识如何	088
你是如何看待竞争的	090
你具备创业者的潜质吗	091
你奋斗的原始动力是什么	093
你是事业心强的人吗	094
你用什么样的态度做事	097

第五章 为人处世：你是社交达人吗

你的社交能力如何	100
交际能力决定你适合从事什么职业领域	102
你是很世故的人吗	104
你的沟通能力如何	106
你给人的第一印象是什么	110
你会拒绝别人吗	111
你是否有社交恐惧症	112
你如何评价自己和朋友	116
为人处世你该注意什么	117
你与他人是否能和谐相处	120
你的人缘够好吗	123
从吃菜的方式看你的恋爱观	125
你的人际关系协调能力怎么样	126
你喜欢用什么样的方式与人相处	130
你的人际关系合格吗	131

第六章 心态解码：做自己真正的主人

面对危机你可以从容应对吗	134
最不能让你接受的缺点是什么	135
你的心态能保持平和吗	138
你在哪些方面输不起	139
你能保持理智吗	140
面对失败你如何对应	143

什么人让你难以忘怀	144
现在的生活你满意吗	146
你的心在慢慢变老吗	147
当你老了，你会害怕什么	148
从倾诉看你的心态	149
从买彩票看你的心态	153

第七章 财商探寻：构筑你的财富大厦

你是理财高手吗	156
你有多大的赚钱能力	158
你通常会把钱用在哪里	159
你的理财类型属于哪种	162
你对待理财的态度是什么	164
你对金钱的占有欲有多强	166
你属于哪种类型的“月光族”	167
你有财富焦虑症吗	168
你致富的障碍是什么	171
谁是你财富上的“贵人”呢	172
你能抵挡住金钱的诱惑吗	175
你的理财能力合格吗	179
金钱在你心中占有多大地位	182

第八章 情感透析：婚恋关系需要用心经营

测测你的爱情观	184
---------------	-----

你求偶不得的原因是什么	188
你希望爱情是一幅什么样的画	191
你们天生是一对吗	194
对方迷恋你哪一点	200
你现在渴望结婚吗	203
你的婚姻质量如何	204
你的婚姻观是什么	205
测测你的婚姻幸福指数	209
你是合格的另一半吗	212

第九章 职场透析：掌控瞬息万变的职场风云

你有工作的目标吗	216
你目前的工作有发展前景吗	218
你的职场优势是什么	220
你适合在什么样的环境中工作	222
让你保持工作激情的因素是什么	223
你在职场中有亲和力吗	225
你升职的几率有多大	227

第一章 自我认知： 发现真实的自己



如果一个人不能正确地认识自我，看不到自我的优点，觉得处处不如别人，就会产生自卑，做事畏缩不前。相反，如果一个人过高地估计自己，也会骄傲自大、盲目乐观。因此，恰当地认知自己，能够克服这些不切实际的想法，还能够全面地认识自己。通过下面的测试，你就能了解真实的自己。

在别人眼中你属于哪种人

或许在我们自己眼中，我们是完美的，是和善且有亲和力的，但在别人眼中的我们可能却是另一番模样。

【游戏测试】

假如你正要乘坐一部电梯，就在你刚来到电梯前，电梯的门就关上了，就因为迟了一步，你不得不再等下一部电梯，在等待的过程中，你会做些什么事？

- A. 憋着一股气一直按电梯钮
- B. 很不耐烦，时不时地跺脚
- C. 漫无目的地东张西望，偶尔瞅瞅周围的小广告
- D. 死盯着电梯指示灯，盼着下一部电梯快点来
- E. 盯着显示楼层的灯，等电梯门一开就冲进去

【心理分析】

选 A：你是个人见人爱的人。在做事情的时候，一旦有了什么想法你就会心无旁骛、全心全意地去做，所以你做事成功的几率很大，这也就为你的好心情打下了基础。在与人相处方面，你总是很有幽默感，待人也非常随和，你周围的人都会把你当作好朋友，所以如果你能够从事多与人相处的行业，那么你的才能就能得到更好地发挥。

选 B：你是一个感觉敏锐型的人。你天生就比周围的人感情丰富，感觉敏锐，你不仅具有一眼看穿别人的能力，而且你的第六感也相当准确，所以你更有可能成为一个见解独特、语言犀利的文字

工作者，当然凭你敏锐的洞察力，想要成为一个优秀的艺术家也不是一件太难的事。

选C：你是一个喜欢自我封闭的理性派人士。虽然你的头脑也很聪明，但是你却天生不喜欢交际，你尤其害怕在别人面前暴露缺点，所以，你总是小心翼翼地在自己和周围的人之间筑起一道防护墙，生怕自己平静的小世界会被别人冲破。虽然你这样做只是在保护自己，但是却会让别人觉得你冷淡不可靠近。

选D：你是一个标准型的“闷葫芦”。虽然在人际交往方面，你可以说是非常擅长，你性情善良，坚持与人为善，所以周围的人都很乐意与你交往，因此你也就非常适合扮演一个人际关系协调者的角色。但是，你却又是一个十分“闷葫芦”的人，你不太习惯对别人坦白自己的内心世界，从来不会在与人交流的时候吐露自己的心声，你虽然能够很好地调节别人之间的矛盾，可是却解决不了自己内心的矛盾。

选E：你是一个做事非常小心谨慎的人。“冒险”“探险”之类的词语永远不会在你的字典里出现。你做起事来讲究条理分明，瞻前顾后，对于没有把握的事情你从来不会付诸行动。

你的空间判断能力怎么样

空间判断的能力是智力的基本组成部分。智力优秀的人常常被视为空间能力强、具有独创性或丰富想象力的个体。个体间存在着言语功能和空间功能上的差异，由于空间能力更少受到后天教育的影响，因此，测试空间能力水平可以有效地了解人的智力水平。赶快来测一下自己具有怎样的空间判断力吧。

【游戏测试】

下面有 5 个陈述，结合自身情况，针对陈述的内容作出“非常符合”“比较符合”“不清楚”“不太符合”“很不符合”的选择。

1. 做学生的时候，你的立体几何学得很好。
2. 一幅三维度的立体图形，你能在很短的时间内画出。
3. 一提到某一种物体，你就能立即想象出它的立体形状。
4. 你可以很容易地想象出一个盒子展开后的平面形状。
5. 看几何图形的立体感较强。

【评分标准】

非常符合：5 分；比较符合：4 分；不清楚：3 分；不太符合：2 分；很不符合：1 分。将所得分数相加。

【心理分析】

- 9 分及以下：你的空间判断能力较差；
- 10~15 分：你的空间判断能力一般；
- 15~19 分：你的空间判断能力较强；
- 20~25 分：你的空间判断能力很强。

你的观察能力怎么样

《福尔摩斯探案全集》里描述了这样一个让人记忆深刻的情景：福尔摩斯第一次与华生见面，却立刻道出华生曾经到阿富汗当过军医。这正是敏锐的观察力使然，敏锐的观察力使得福尔摩斯能够通

过细节迅速地知道一个人的职业和经历。那么，你是否也有如此了得的观察力呢？

【游戏测试】

请在你认为合理的表述后填写“是”，不合理的表述后填写“否”。

1. 当你的话尚未说完时，对方就说“知道了”。这意味着你很有可能被拒绝。()
2. 初次见面态度就很粗鲁，是内心不安或脆弱的表现。()
3. 谢绝对方所敬的香烟，而抽自己的烟，是一种不礼貌的行为。()
4. 如果对方表现得过分热情，那么你很有可能被拒绝。()
5. 喜欢谈论你的秘密和弱势的人，很可能是你以后的对手。()
6. 若对方提出苛刻条件，不能说对方就无诚意，也许是对方在探你的底线。()
7. 采用反驳对方的方式，可以知道对方对问题的关心程度。()
8. 谈判中，如果对方露出沉思的表情，你应该乘胜追击。()
9. 在言谈中，模棱两可的表情是对自己缺乏信心的表现。()
10. 初次见面，不宜和对方过多地谈论自己的过去，因为会显得唐突。()

【评分标准】

每题后面，填写“是”的得1分，填写“否”的不得分。将所得分数相加。

【心理分析】

8~10分：你是个精明细致的观察者。你善于从细节中观察，只

需一眼，就可以让别人的意图和想法无所遁形。这种能力用于社交场合，简直就是所向披靡。不过也不要太自信了，因为彻底了解一个人是需要时间的。

5~7分：你是个很细心的人。你会注意观察对方，但是好像判断并不怎么准确。这是因为你的观察留于表面，而没有透过现象抓住本质，需要多加练习才行。

0~4分：你缺乏敏锐的观察力。你习惯用自己的思路去观察。

你的想象力怎么样

每个人的想象力都是非常丰富的，被称之为我国古代杰出的长篇神魔小说《西游记》，其想象力达到了出神入化的境界，它所创造的一个非现实的幻想世界，是一个以想象为基本内容的神奇天地，形成了高度的艺术美，充分体现了审美想象的创造力。想象力在人们生活中有着十分重要的作用，成为发明和艺术创作的重要条件。做下面的测试，看看自己的想象力有多么丰富。

【游戏测试】

1. 当你受到批评时，你觉得自己做任何事总是不对的。
2. 你经常在脑子里勾画自己未来的画面。
3. 当你看到一个新事物，你会觉得它与你知道的某些东西有相似的地方。
4. 当你与别人争执的时候，你会猜测对方是怎样思考的。
5. 当你初次来到一个地方的时候，你会想象自己居住在这里的情景。