[illegible]

我是谁

——性格测试与自我训练

张兴继 编著

中国商业出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

我是谁——性格测试与自我训练/张兴继 编著. - 北京: 中国商业出版社, 2002.2

ISBN 7 - 5044 - 4527 - 4

I. 我… II. 张… III. ①性格 - 心理测验 ②性格 - 心理训练 IV. B848.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 003571 号

责任编辑 刘洪涛

中国商业出版社出版发行

(100053 北京广安门内报国寺1号)

新华书店总店北京发行所经销

北京北七家印刷厂印刷

*

2002年2月第1版 2002年2月第1次印刷

850×1168毫米 32开 12.25印张 295千字

定价: 21.80元

* * * *

(如有印装质量问题, 本社负责更换)

序言 优化性格 优化命运

我们共同迎来了 21 世纪！

21 世纪是一个充满竞争的世纪。自然界优胜劣汰的生存法则在新世纪的人类社会将会演绎得更加残酷无情，更加惊心动魄，更加血肉横飞。这是一个无可辩驳但又为我们所不得不接受的现实。于是，便产生了第一个问题：怎么办？

选择！

努力学习离不开选择。社会向前发展的一个重要特征就是信息的全面扩大，发展到今天已经形成了“信息爆炸”的局面。你不可能全部掌握充斥于每一个角落里的信息，所以你必须做出选择。社会发展到今天对人才提出了越来越高的要求，但你不可能掌握所有的知识和技术，你应该学有所长，所以对你能干什么，你又适合干什么，你必须做出选择。

努力工作也离不开选择。有的人工作非常努力，甚至是拼命工作，但是他却上不得领导赏识，下不得下属拥护，工作成绩也并不出色。为什么？方法不对头？兴趣不够浓？不得而知，但你必须选择，选择适合个性的工作。

有这样一则小故事：一个中国学生向一个外国学生讲述了我国古代有名的“愚公移山”的故事。外国学生听完之后觉得不可

思议，不禁问道：“有这么多的时间和劳动力，为什么不在大山的那边建造一幢房子呢？那样不也不会受大山的阻挡吗？”这么一则小故事告诉了一个答案：选择比努力更加重要。于是，第二个问题产生了：如何选择？

了解自己！

在神秘的古希腊太阳、预言、音乐、医药和诗歌之神阿波罗的特尔费神殿入口处刻着一条古老信条：了解你自己！了解自己，可以避免无的放矢；了解自己，可以集中你的精力和智慧去完成你所钟爱的事业；了解自己，可以让你用有限的时间和精力去实现无限的追求。了解自己，就是了解自己是一个什么样的人？自己的性格怎么样？自己的性格中有哪些长处，哪些短处？自己的性格适合于什么工作？自己的性格如何更融洽地与他人相处？自己的性格是否需要改造，能否改造得更完美……于是，第三个问题又产生了：了解以后呢？

优化性格！

了解了自已，你便已经成功了一半，因为你可以根据自己的科学判断去优化你的性格了。而你接下来要做的就是生活、学习、工作中去不断完善自己，在平时的一言一行中去不断追求自我了。我不相信拿破仑·希尔成功学中的一句话可以改变人的一生，但我相信性格能够决定命运；我也不相信性格能够改变，但我相信性格能够优化。优化性格，你就优化了命运！

印度有句谚语：播种行为，收获习惯，播种习惯，收获性格；播种性格，收获命运。这是千古不变的哲理！要收获良好命运，必须从优化你的性格做起；要优化性格，必须从你平时的一

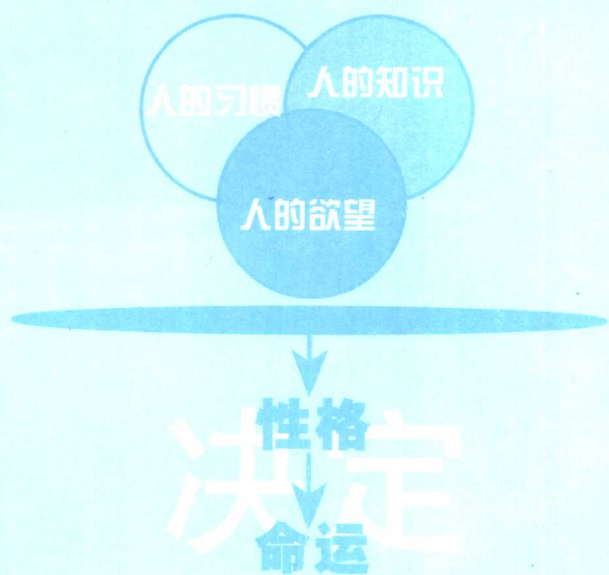
言一行中做起。并奉送青年朋友一句话：不要迷信于成功学中的一句话，它能激励你一时，但绝不能改变你一生，能改变你一生的，只有你自己！

由于时间仓促，加上本人学识水平有限，在本书中肯定有许多不尽人意之处，还望广大读者朋友提出批评指正！

编者

于中国人民大学品园

2001 年 10 月 25 日



XINGGE



目 录

上篇 性格魔方

一、性格轮廓..... (3)

性格是个神秘的东西，没有人能完全理解和弄清它的种种玄密；性格又是个浅显的东西，任何一个人都能脱口而出一些性格用语，比如“我很内向”、“小王这个人比较文静”之类的话；而且，性格还是个对我们如此重要的东西，以至于我们每个人都无法躲避它。于是，我们每天都在问自己：“我是谁？”

1. 问世间性格为何物？..... (3)
怎样了解连你自己也不知道的自己？

△谁确定你的性格 (3)



到底由谁来确定你的性格呢？是你自己，还是别人呢？

△真的是你吗？ (4)

性格有先天的因素，更有后天的培养和生活中的学习，那么，怎样去了解一个真正的你呢？

△你，为什么是你？ (9)

千人千面，所以你只有一个；你是独一无二的，所以你不同于其他任何人。所以，你就是你。

2. 荣格的性格学说 (12)

每个人都具有不同的性格，一千个人就有一千种性格，性格的确五花八门，令人眼花缭乱。但我们可以将它们进行归类：内向和外向。然而，怎么去认识它们呢，内向有哪些长处，有哪些短处？而外向呢？

△内向，外向，哪种更好？ (12)

内向的人说：“外向的人一点也不安分，那么令人讨厌。”外向的人说：“内向的人心里不知道在想什么，一点也无法了解他们。”到底哪一种更好呢？

☐ 给你自信的三个理由 (13)

☐ 开始进入测试世界 (16)

☐ 精心设计的试题 (19)

☐ 迷你诊断 (27)

△八种性格类型 (29)

每一个人都具有四种根本的机能：思考、感情、感觉、直观机能。在每一个人身上，都有其中一种机能特别突出，所以，你就可以被划入其中一种性格类型了。

☐ 外向型思考类型：喜欢理智客观的生活 (32)



- ☐ 内向型思考类型：“理想王国”的建造人 (34)
- ☐ 外向型感情类型：随和顺从 缺乏个性 (36)
- ☐ 内向型感情类型：含蓄神秘 典雅高贵 (37)
- ☐ 外向型感觉类型：现实唯美 情趣高雅 (39)
- ☐ 内向型感觉类型：封闭于自己的世界中 (40)
- ☐ 外向型直观类型：新颖活泼 易于放弃 (42)
- ☐ 内向型直观类型：如梦如幻 乏味无趣 (44)

3. 测一测，你是内向，还是外向？ (46)

现在进入我们的性向测试世界。在这个世界里，你将面对生活、工作、学习等社会各个领域的问题。请你根据你的实际情况正确认真地回答所有的问题，并根据自己所作的回答，结合自己的分析，看一看，你是什么类型？

△性向测试一 (46)

△性向测试二——雷达图测试法 (56)

- ☐ 测试 1：交际程度 (56)
- ☐ 测试 2：刻板程度 (60)
- ☐ 测试 3：乐天派程度 (63)
- ☐ 测试 4：艺术家风度 (65)
- ☐ 测试 5：网络组织能力 (69)
- ☐ 测试 6：羞怯程度 (71)
- ☐ 测试 7：赌徒心理程度 (74)
- ☐ 测试 8：漠不关心程度 (76)

- ☐ 测试 9: 刚毅程度 (79)
- ☐ 测试 10: 顽固程度 (81)
- ☐ 测试 11: 认真程度 (83)
- ☐ 测试 12: 超常程度 (85)
- ☐ 测试 13: 挑剔程度 (86)
- ☐ 测试 14: 梦想程度 (89)
- ☐ 测试 15: 人情世故程度 (91)
- ☐ 测试 16: 挑战程度 (95)
- △请你对号入座 (101)

找到了你自己吗,找到了属于你的标签吗?那就请你对号入座。千万别坐错了位子,因为每一个位子上都只有一张属于位子主人的处方,只有你自己位子上的那张处方才能解决你的疑难病症。

二、性格决定命运..... (103)

选择要比努力更加重要,选择一个适合你性格的职业,会使你在工作中得心应手;选择一个适合你性格的交友方式,会使你在社交圈子中如鱼得水,选择一个适合你性格的恋爱方式,会使你在爱情生活中幸福美满……

1. 职业适应性 (103)

适合比勤奋更重要。美国人在这方面给我们智慧的中国人上了一课。

“你长大以后想干什么?”对于这一个问题,中国的小孩和美国的小孩都要在小学中碰到。同一个问题,中国小孩的答案单一化和美国小孩的答



案多样化, 似乎说明了一些什么? 为什么呢?

△了解你的职业方案 (103)

了解了你的性格, 就了解了你的行为方式和工作兴趣, 也就了解了你的职业方案。

☐ 问题 1: 你适合做那些工作? (104)

☐ 问题 2: 你能否自己创业? (106)

☐ 问题 3: 你有操作股票的能力吗? (108)

☐ 问题 4: 你是经商的料吗? (111)

☐ 问题 5: 你有管理能力吗? (116)

☐ 问题 6: 你能当老板吗? (120)

△从职业选性格, 还是从性格选职业? (123)

这是一个理论上极易回答但现实中却又极难回答的问题, 你如何回答呢?

☐ 你长大后想干什么? (123)

☐ 两国小孩的两次交锋 (124)

△天才也怕入错行 (126)

你也许是天才, 因为你有你自己极其优秀的一面; 你肯定是天才, 只是你也许入错了行而已。

☐ 你入错行了吗? (127)

☐ 四组问题 (128)

☐ 找找你的职业适应性格 (134)

☐ 选择职业其实就是选择人生——看三毛择业
..... (147)

△教你如何择业 (152)

现在你已完全清楚了选择一个合适的职业对你的人生有多么重要，而且你已经初步了解掌握了择业的一般性格因素，接下来就你需要做的就是根据你所掌握的知识找到一门适合你的职业了。

☐ 外向型思考类型适合的职业 (155)

☐ 内向型思考类型适合的职业 (159)

☐ 外向型感情类型适合的职业 (160)

☐ 内向型感情类型适合的职业 (160)

☐ 外向型感觉类型适合的职业 (162)

☐ 内向型感觉类型适合的职业 (162)

☐ 外向型直观类型适合的职业 (164)

☐ 内向型直观类型适合的职业 (167)

△择业其实是一种态度 (167)

2. 让性格成为你交友的润滑剂 (170)

没有人愿意将自己封锁在一个人的世界里，因为一个人如果太过于封闭自己，那他注定不会取得成功，没有人愿意在交际中不被他人认可，因为不被认可意味着资源的溜走。

当你看到别人在人群中谈笑风生游刃有余，你是否会觉得有一点寂寞，或者有一点点嫉妒？你完全不需要嫉妒，因为你也可以做到。只是你需要了解你性格中交友的长处，并加以发扬，了解你性格中交友的短处，并加以克服，你就有自己的朋友了。

△了解你的交际的能力 (170)

你目前的交友情况怎么样呢？顺利、一般、还是不顺利呢？

☐ 问题 1：你善于交际吗？ (170)



- ☐ 问题 2: 你有让人讨厌的地方吗? (173)
- ☐ 问题 3: 你善于与人交谈吗? (178)
- ☐ 问题 4: 你的处世能力如何? (180)
- ☐ 问题 5: 你有真正的朋友吗? (182)
- △ 心中有度, 不愁无友 (185)
- △ 怎样与朋友处好关系? (187)
- ☐ 忠告外向型思考类型的人: 已所不欲 勿施
于人 (188)
- ☐ 忠告内向型思考类型的人: 用微笑和关怀打
动对方 (189)
- ☐ 忠告外向型感情类型的人: 藏而不露 大智
若愚 (191)
- ☐ 忠告内向型感情类型的人: 向对方主动表示
你的关心 (192)
- ☐ 忠告外向型感觉类型的人: 别戴上有色眼镜
..... (193)
- ☐ 忠告内向型感觉类型的人: 敢字当头 大胆
表达 (195)
- ☐ 忠告外向型直观类型的人: 交友贵在持之以
恒 (195)
- ☐ 忠告内向型直观类型的人: 交一两个知心朋友就
够了 (196)

3. 把握性格 掌握爱情命运 (197)

我们是否在内心深处经常憧憬自己有一位如意的恋人，我们是否也经常盼望自己的爱情生活会和蜜一样甜。是的，爱情总是美好的，但现实生活中却有太多的人在“为情所困”，以至于陷得太深而无法自拔。难哪！

△解铃还须系铃人 (197)

你不需要太烦恼，因为那只能给你徒增几根烦恼的情丝而以，检查检查自己，你是否有些方面做得不够好，是否有些方面需要做些调整，因为“爱”在“缘”更在“巧”

☐外向型思考类型的人 (198)

对男孩子说的悄悄话：爱情不是理论！

对女孩子说的悄悄话：尽力展示你的温柔！

☐内向型思考类型的人 (198)

对男孩子说的悄悄话：执着但别执拗！

对女孩子说的悄悄话：走出闺房去找爱情！

☐外向型感情类型的人 (199)

对男孩子说的悄悄话：珍重自己的感情！

对女孩子说的悄悄话：关心别太过分！

☐内向型感情类型的人 (200)

对男孩子说的悄悄话：做个男子汉！

对女孩子说的悄悄话：把交友放在第二步！

☐外向型感觉类型的人 (201)

对男孩子说的悄悄话：嫉妒心不要太强！

对女孩子说的悄悄话：别太看重外表！

☐内向型感觉类型的人 (201)

对男孩子说的悄悄话：你了解真正的她吗？



对女孩子说的悄悄话：真正和他进行交流！

☐ **外向型直观类型的人** (202)

对男孩子说的悄悄话：真心地关怀她！

对女孩子说的悄悄话：别轻易移情别恋！

☐ **内向型直观类型的人** (203)

对男孩子说的悄悄话：主动一些！

对女孩子说的悄悄话：打扮一下自己！

☐ **△恋爱法则精彩放送** (203)

☐ **佳偶可遇不可求** (204)

☐ **以貌取人要不得** (206)

☐ **甜言蜜语表痴心** (207)

☐ **宽容大度莫苛求** (208)

☐ **善待对方要细心** (209)

☐ **爱情应拒绝虚荣** (211)

☐ **熟悉中防止自恋** (214)

下篇 性格计划——性格自我训练

一、性格生存 (221)

千人千面，只有相似的性格，却没有完全相同的性格。没有最好的性格，只有更好的性

格。不管你的性格如何，都有你自己的性格优势和性格劣势。所以，独特的你以独特的性格去走你独特的人生，追求你独特的事业，只要你坚持自己独特的方式，你一定能成功。

1. 个性化生存 (221)

理解和把握了自己独到之处的人，常常能够取得与众不同的成就，因为他有了自评，自信的得力依据，发现了有效开启自己潜能的切入点。现实中许多人就是这样顺应了自己天然独有的个性优势，恰到好处地实现了自我。

△你，只有一个 (222)

伟大剧作家莎士比亚曾说过：“你是独一无二的，这是最大的赞美。”而且，这却是事实。

△成事在天，更在人 (227)

在上，在心里，在脚下，路和人一样多。走弯了路，走错了路，别去责怪带路的人，别去责怪自己。因为你没有时间去责怪。你还是要去寻找，去寻找一条适合你的路。

△个性挑战命运 (231)

有一定生活经历的人都清楚，幸运不是碰来的，而是通过奋斗得到的。

2. 性格双刃剑 (233)

任何一种性格都有其自身的优势，即性格潜能，也有其自身的劣势，即性格阴影。如何发现自己性格中的长处并发扬它，发现自己性格中的短处并克服它，将是挑战自己的关键。

△珍惜梦想 (234)

无数成功人士的人生经历都告诉我们：在我们性格中都深埋着独一无二的生命活力，并且这种潜能底蕴深厚，勃勃待发，它们透着光芒，等