

轻松心理 测试手册

心理

张筱 编著

中国城市出版社



轻松心理测试手册

张筱 著

中国城市出版社



轻松心理 测试手册

张筱 编著

中国城市出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

轻松心理测试手册/张筱编著. —北京: 中国城市出版社, 2001.9

ISBN 7-5074-1293-8

I. 轻... II. 张... III. 心理测验—手册
IV. B841.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 037246 号

责任编辑	刘波		
封面设计	多玲平面设计工作室		
责任技术编辑	张建军		
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
电子邮箱	citypress@sina.com		
经销	新华书店		
印刷	北京市通县电子外文印刷厂印刷		
字数	176 千字	印张	8.625
开本	850 × 1168 (毫米) 1/32		
版次	2001 年 9 月第 1 版		
印次	2001 年 9 月第 1 次印刷		
印数	0001—5000 册	定价	15.00 元



目 录

第一章 认识你自己	001
一、测测你的性格	003
二、测测你的生活	008
三、测测你的气质类型	015
四、测测你的智商	021
五、通过颜色看个性	035
六、通过服饰看个性	037
七、你的自尊与自卑	040
八、你的缺点在哪里	046
九、你对人生充满好奇与渴望吗?	051
十、你适合哪一种职业?	055
 第二章 能力大比拼	067
一、毅力就是胜利	069
二、铁口直断判断力	076



三、百“忍”成钢克制力	080
四、察言观色观察力	084
五、足智多谋创造力	088
六、脑筋转弯机智力	094
七、插上翅膀的想象力	098
八、忍辱负重承受力	103
九、千钧一发应变力	111
十、随遇而安适应力	115
 第三章 人际交往录	 121
一、你给别人留下怎样的第一印象	123
二、你的人缘如何?	127
三、嫉妒与成功	131
四、你处理问题的方式如何?	136
五、测测你的交往水平	139
六、你选择哪个位置?	144
七、你如何面对失败?	146
八、测测你的领导行为	148
 第四章 感情专线车	 153
一、自测恋爱观	155
二、你的恋爱方式	160
三、你的爱情理智吗?	165
四、你是个感情丰富的人吗?	170
五、分辨真爱与迷恋	173
六、自测初恋情感	180



七、你们俩真的般配吗？	184
八、你能渡过感情危机吗？	192
九、测测你的婚姻美满度	198
十、测测你们的性成熟程度	202
十一、你的家庭会出现“第三者”吗？	210
 第五章 女人是水做的（仅供女性测试）	213
一、你在男人眼中形象如何？	215
二、你是一个好妻子吗？	219
三、你是如何征服男人的？	221
四、你是哪种类型的女人	227
五、你的丈夫听你的指挥吗？	233
六、做个贤妻良母	236
七、身体语言探密女人内心	241
 第六章 男人是泥做的（仅供男性测试）	247
一、你有多大的野心	249
二、男性魅力自测	252
三、你对异性的看法	255
四、你是她欣赏的丈夫吗？	257
五、她喜欢怎样的你	262
六、你的求爱时机到了吗？	265



第一章

认识你自己



一、测测你的性格

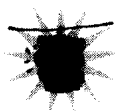
瑞士著名心理学家荣格，按照人的心理活动倾向于外部或内部，把性格分成外倾型和内倾型两大类，也就是我们平时所说的外向性格和内向性格。

具有外向性格的人，经常对外部事物表示关心，开朗、活泼、感情外露，自由奔放，做事当机立断，不拘小节，具有独立性、现实性、开放性、灵活性。在学习和工作上，反应较快，学得快，但往往从兴趣、情感出发，缺乏计划，难以持之以恒。

具有内向性格的人，重视主观世界，内心世界丰富，常沉浸在自我欣赏和幻想之中，沉着，安静，处世谨慎，深思熟虑，计划性、规律性、安定性、逻辑性强，应变能力较差，不善交际；在工作、学习上，善于思考，但视野狭窄，容易产生自卑感，爱抠小事。

两类性格还可具体分为以下十种，其特点如下页表：

那么，你的性格属于哪一类型呢？你不妨做做下面的这50道题。（注：在题目后的括号里，凡是符合你情况的就写A，不符合的就写B，模棱两可的就写C）



	内向型		外向型
孤独型	沉默寡言、谨慎、消极、孤独	社交型	爽朗、积极、能言善辩、顺应
思考型	善于思考、深入钻研、提纲挈领	行动型	现实、说干就干、易变化、好动
丧失自信型	自卑感、自责、较强的罪恶感	过于自信型	瞧不起别人、过高估价自己
不安型	规矩、清高、小心	乐天型	肚量大、大方、不拘小节
冷静型	小心谨慎、沉着、稳重	感情型	敏感、喜怒哀乐变化无常

1. 什么时候表都对得很准。 ()
2. 没事不打电话。 ()
3. 收到信件、包裹后立即回信。 ()
4. 认真考虑，然后才行动、说话。 ()
5. 经常能发现报纸的校对错误。 ()
6. 不干完手头的事，不接新的工作。 ()
7. 晚上制定好第二天的计划才入睡。 ()
8. 对他人的事情尽量不插嘴。 ()
9. 几乎没有弄坏和遗失过东西。 ()
10. 重要的信件和文章都有底稿。 ()
11. 用筒状牙膏时，从来都是由下往上工整地卷着用。 ()



12. 我讲话很少,就是跟自己的亲属也是这样。()
13. 在社交场合里我尽量不让别人注意。()
14. 我常常回想自己的过去。()
15. 工作或学习时,我不愿有人在旁观看。()
16. 我宁愿自己拼命去解决问题,而不愿求助于别人。()
17. 我不喜欢别人借我的东西。()
18. 在大庭广众面前,我总觉得很窘迫不安。()
19. 我善于用书面方式表达自己的思想感情,而不善于口头表达。()
20. 心里有什么高兴或生气的事总是不露声色。()
21. 买东西时总是犹豫不决。()
22. 自己有什么想法不愿意轻易告诉别人。()
23. 判断和处理问题时总好追根到底。()
24. 不是非常熟悉的人绝不轻信。()
25. 对于麻烦事尽可能避免,不愿承担责任。()
26. 喜欢猜疑。()
27. 经常分析自己的思想和动机。()
28. 做事情有条不紊,不会慌慌张张的。()
29. 我每天总要遇到一些事,让人郁郁不快而生闷气。()
30. 愿意细心地做同样的工作。()
31. 做事有条理,一切按计划行事。()
32. 打电话之前先考虑好说话的顺序。()
33. 借的东西一定按期归还。()
34. 在任何场合都不得得意忘形。()





35. 决定了的事尽可能遵守。 ()
36. 不论干什么, 确保万无一失。 ()
37. 尊重每个朋友的个性, 决不勉强。 ()
38. 不管多么急也不加塞。 ()
39. 做事时有人过来说话也不受干扰。 ()
40. 失败时彻底寻找失败的原因。 ()
41. 对人生来说, 脾气比才能更重要。 ()
42. 即使情绪不太好, 别人委托的工作还照常完成。 ()
43. 遇有集体活动不愿参加, 宁愿呆在家里。 ()
44. 喜欢安静而非热烈的娱乐。 ()
45. 不愿与观点不同的人相处。 ()
46. 我喜欢做一个人就能完成的工作, 不喜欢大家一起闹闹哄哄地干一件事。 ()
47. 吃什么, 穿什么, 一切都要想周到。 ()
48. 不受一时的气氛所左右。 ()
49. 与人初次打交道总感到有点困难。 ()
50. 很少对社会上的问题公开发表议论。 ()

说明

计分方法——A 记 2 分, B 记 0 分, C 计 1 分, 最后相加得总分。

性格判定——总分在 40 分以下视为外向型, 41~69 分是平衡型; 70 分以上是内向型。性格并没有好坏之分, 不同的性格体现不同的个性特征。关键是要发挥自己性格的优势。



人的性格与职业的适应性有着密切的联系，一般地讲，自然科学工作者有很多是内向型性格的人，社会活动家往往是外向型性格的人，企业家则多是平衡型性格的人。

外向型的人的成功之路是选择能充分发挥自己行动能力、积极性的职业，内向型的人则需要选择能充分发挥自己计划性、缜密性等优势的职位。





二、测测你的生活

生活中的琐事太多，常常让人不知所措。其实，要知道，你在生活中一个已经形成习惯的举动也会泄露你心理的秘密。下面，请你做做这个测试，每一道题每一个不同的答案，都会带给你一些生活的启发。

请从下列题目的 A、B、C、D 中选出与你想法接近的答案来。

1. 当你发现好友遗忘东西时，你会如何？
 - A. 马上送到他家；
 - B. 打电话，请他到咖啡厅见面，再交给他；
 - C. 邮寄给他；
 - D. 暂时拿回家考虑。
2. 请在下列所述图形中选择你认为最美的图形。
 - A. 正三角形；
 - B. 六边形；
 - C. 椭圆形；
 - D. 长方形。
3. 当你见到自己喜欢的异性与同性好友谈得很愉快时，你会采取哪一种态度？



- A. 若无其事地走过去加入话题;
 - B. 假装有要事, 叫出同性好友;
 - C. 当做没看见;
 - D. 等他们讲完, 再向同性好友打听谈话内容。
4. 如果有个女子被醉汉骚扰, 要求你帮助, 你会如何?
- A. 拉起她的手逃离现场;
 - B. 适当地劝阻醉汉;
 - C. 不理她;
 - D. 看情形, 也许你会打那醉汉。
5. 如果你在朋友家闲谈, 发现最后一班车已经走了, 而回家需走十公里路。这时你会怎么办?
- A. 给家人打电话, 说要住在朋友家;
 - B. 坐出租车回家;
 - C. 慢步走回家;
 - D. 不在意地留在朋友家。
6. 在0~9中的数字里, 你最喜欢下面的哪一组:
- A. 3、5、7;
 - B. 2、6、8;
 - C. 1、9;
 - D. 0、4。
7. 有个年轻异性向你问路, 而恰好方向相同, 你会如何呢?
- A. 告诉他方向相同, 可以一起走;
 - B. 很详细地告诉他, 再从后面跟去;
 - C. 你会默默地带他到目的地;
 - D. 告诉他走法, 自己另走一条路。



8. 当你在喜欢的异性面前，做了一件失败的事时，你有什么感觉。
- A. 恨不得一死；
 - B. 依情况道歉；
 - C. 马上离开现场；
 - D. 觉得无所谓。

说明

1. 这是测试朋友对你的评价如何。

选A的人：决断力超群，喜欢表现自己的优越感，有点神经质，爱管闲事，对别人的事很热心，有时还颇受欢迎。

选B的人：个性开朗，经常和人一见如故，是许多人心目中的好好先生，但有唯唯诺诺之嫌，甚至令人觉得你不可靠，爱吹牛。

选C的人：对任何事保持沉默，不随便叫嚷，保持一种神秘感。给人的印象是冷漠，但值得信任。

选D的人：富于幻想，但经常不付诸行动，给人印象较不踏实，要紧的事不敢跟你商量。不过，大家都认为你有实施自己想法的能力。

2. 它能帮你找出你的生活方式。

选A的人：正三角形是形状最美的图形。你之所以选择这种图形，是因为你已有了目标，只剩行动问题而已。目前，你所需要的是一个有能力帮助你的人。