

解读心灵的密码，完成自我探索之旅

*Interesting
Psychological
Test*

趣

味

你习惯左脑思维or右脑思维

你是悲观主义者or乐观主义者

你了解亲朋好友的性格特点、处事风格吗

你能预测未来吗 你有多少个角色

你想制作属于自己的心理测验吗

TEST

心理测验

刘妍 编著



化学工业出版社

解读心灵的密码，完成自我探索之旅

趣

Interesting
Psychological
Test

味

你习惯左脑思维or右脑思维

你是悲观主义者or乐观主义者

你了解亲朋好友的性格特点、处事风格吗

你能预测未来吗 你有多少个角色

你想制作属于自己的心理测验吗

TEST

心理测验

刘妍 编著



化学工业出版社

· 北京 ·

图书在版编目(CIP)数据

趣味心理测验/刘妍编著. —北京: 化学工业出版社, 2008. 1

ISBN 978-7-122-01582-2

I. 趣… II. 刘… III. 心理测验 IV. B841.7

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 182117 号

责任编辑: 肖志明 陈红艳
责任校对: 顾淑云

装帧设计: 尹琳琳

出版发行: 化学工业出版社

(北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 装: 化学工业出版社印刷厂

880mm × 1230mm 1/32 印张7 字数110千字

2008年1月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686)

售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 19.80元

版权所有 违者必究

前言

心理学是一门研究人类思维、感觉和行为的科学。跟其他的研究领域一样，心理学有着自己的专业术语和独特的研究方法。这些专业性的东西使得心理学在“外行人”的眼中变得既神秘又复杂，这种无迹可寻甚至导致很多人怀疑它的科学性。但是事实却是，人们通常能够根据一个人的言行揣摩他的思维和心理。假如我足够了解自己，那我就有更多的机会来控制自己的生活，我会感觉更加自在和轻松——我会为自己选择正确的生活方式。了解自己确实很难，但却不是难于上青天的事情。本书会教给你很多如何了解自己的知识。

这本书主要是写关于个人探索、个体自我洞察的，不仅能够进一步了解自己，更重要的是掌握一种接近真实的方式方法，用于自己，也用于他人。因此，本书适用于所有想要了解自己以及了解他人的人，或者说只要与人接触，书中教给你的知识都是非常有用的。而且，在整本书的写作过程中都尽力营造出一种轻松风趣的氛围，就如同在春风中歌唱，在夕阳中漫步那样美妙的感觉，为读者朋友们提供了一次芬芳四溢的心灵之旅。每一页、每一个心理测验都是这次旅程中的美景一道。在测验中，你不可能直接得到答案，告诉你自己是什么样的人。这个答案是非常主观的，你的探索方式以及身心状态决定了你的测验结果。整个过程充斥着各

趣味

心理测验

种可能性，要从测验中得到什么，如何去获取自己想要的结果完全是自己来做决定。一共38个测验，它们会一点一点改变你，也说不定全部做完之后你发现自己的变化是惊人的。

但是强调一点，了解自己的目的不是为了改变自己，而是为了能够让你更加成为自己——去体会那份找到自我的单纯的快乐。让你更清楚地知道“我是谁？我为什么会是这个样子？我知道这一切又是为了什么，对我有什么用？”

当我们互相分享知识和见解的时候，我们会更加欣赏自己。同时，我们也会开始欣赏彼此。总之，如果我们发现自己都这么有趣，那没准别的人也会是这样！

这本书将心理学放在了一个有最大价值的位置：放在年轻人的手中和心中，人类那种天生的好奇心和强烈的意愿将会促使你们非常愿意进行此类自我发现的心灵之旅。

俗话说得好：“人贵有自知之明”，“知己知彼，百战不殆”。无论是做人还是做事，要想干得出色，取得成功，自知是关键性的一步。现在人们处于快速多变的环境之中，关注点往往在外部世界——炒股是赚了还是赔了，工资什么时候上调，物价上涨怎样才能提高生活水平……沉重的压力迫使人们为了生活而忙碌奔波，没有时间考虑别的问题。其实

回过神来想一想，如果在与人打拼的过程中对自己的了解能够增加一分的话，那么你的战果可能会呈几何级增长。因此，了解自己是不断进步和取得成功的前提。只有了解了自己，认识了自己的内心世界，我们才能够把握好前进的方向，实现美好的生活。

还有一种情况：很多人虽然知道了解自己很重要，但是却不知道应该如何下手。我相信，每个人在内心深处都是非常渴望了解自己的，只不过是生活老爱跟人玩游戏，人们总不能选择正确的方式方法，或者没有时间和机会去了解自己。学生时代忙学业，成年之后忙事业，堆积如山的作业和文件使得人们无暇顾及自己的内心世界。等到年老力衰，退休之后才有时间回顾自己的一生，感悟自己的所作所为，才能静下心来思考人生是不是还能有另一种活法，常常感叹：“要是当时能够……我就能……！”为什么非要等到于事无补的时候才能有这样的感悟呢？假如你在成年之前就了解自己的脾气禀性、知道了自己的兴趣爱好，把握好自己的专业所长，还用担心自己的人生会走错方向，到了晚年还会痛苦懊恼吗？

《趣味心理测验》这本书就是针对“了解自我”这个主题而创作的，同时兼具了科学性和趣味性。通常说来，心理测验是根据一定的心理理论，按照

趣味

心理测验

一定的操作程序，为人的行为确定一种数量化的值。但是不要惊讶，趣味性跟测验并不矛盾。因为正式的心理测验是不公开的，只有在心理咨询中心或者比较权威的专业人士那里才能得到。目前市面上流行的心理测验大多数都流于炒作，只是简单地编造一些问题就称作是心理测验。千万不要因为这些原因就对心理测验望而却步！

《趣味心理测验》中没有出现专业性的概念，而是将枯燥死板的心理学概念和心理规律用通俗的语言表述了出来，通过测验的形式让广大读者了解自己，了解心理学。拿起《趣味心理测验》，就相当于给自己一个机会进行自我探索，同时也抓住了机会来认识心理测验。全书语言轻松，文字浅显。通过阅读全书，你会发现从上往下自己身体的每个部分，生活中的每个细节都能告诉你自己的秘密。

编者

2007年11月

【引言】

为什么了解自己如此重要	2
关于个性风格测验	3
做个性风格测验的一些建议	5
做所有测验（包括个性风格测验）都必须 记住的五个要点	6
测验的使用方法	7

测验你的态度

测验① 你是乐观主义者还是悲观主义者

你属于哪种风格	14
还有……	14
乐观主义者和悲观主义者：一则寓言故事	15
如何编制你自己的人格测验	18

测验② 你的性格是内向的还是外向的

你属于哪种风格	22
还有……	22
你应该改变自己的个性风格吗	23

测验③ 选择你的超能力

你属于哪种风格	25
还有……	28

不只是假的 28

测验 4 你给自己设限了吗

你属于哪种风格 31

还有…… 32

测验 5 提高你的心理能力

你属于哪种风格 35

还有…… 36

思想是行动的先导：自信的力量 36

测验 6 你看见了什么

你属于哪种风格 41

别人看到了什么 42

还有…… 43

测验你的感受

测验 7 你有多少个角色

你属于哪种风格 47

还有…… 48

多重人格 49

测验 8 拇指理论

你属于哪种风格 50

更多的“拇指规则” 51

拇指理论的一些说法 51

测验 9 你是什么体型

你属于哪种风格	54
各种体型的著名代表	54
还有……	54

测验 10 涂鸦能说明什么

你属于哪种风格	58
还有……	61

测验 11 从你的签名可以知道什么

你属于哪种风格	63
还有……	66

测验 12 你的色彩人格

你属于哪种风格	69
还有……	71
色彩反应调查	72

测验 13 心情音乐

你属于哪种风格	75
还有……	76

测验 14 心情食物

你属于哪种风格	78
还有……	79
食物的“色”与“味”	79

测验你的社会风格

测验 15 是什么塑造了你的行为方式

你属于哪种风格	83
还有……	84
关于被藏课本的故事	85

测验 16 安排事情的优先顺序

你属于哪种风格	88
还有……	89

测验 17 你受习惯的约束吗

你属于哪种风格	90
还有……	91
从一些常见的动作习惯看个体性格	93

测验 18 你从善如流吗

你属于哪种风格	96
还有……	97

测验 19 你是一位领导者吗

你属于哪种风格	100
还有……	100

测验 20 你用什么样的身体语言

你属于哪种风格	104
---------	-----

还有…… 107

常见的身体语言 109

测验 21 你的交往风格 1

你属于哪种风格 112

还有…… 114

测验 22 你的交往风格 2

你属于哪种风格 118

还有…… 119

测验你的创造风格

测验 23 你是左脑惯用者还是右脑惯用者

你属于哪种风格 125

还有…… 126

哪一侧起主导作用 126

测验 24 你的发明能力有多强

你属于哪种风格 129

还有…… 130

测验 25 你的CQ有多少

你属于哪种风格 133

还有…… 133

测验 26 测一下你的创造力

你属于哪种风格	136
其他具有创造性的人是怎么想的呢	138
还有……	139
MMPI——一个著名的人格测验	139

测验你的认知风格

测验 27 你是个真正的天才吗

你属于哪种风格	144
还有……	145

测验 28 谁更聪明

你属于哪种风格	148
还有……	148

测验 29 你有批判思维吗

你属于哪种风格	156
还有……	159

测验 30 你的记忆力好吗

你属于哪种风格	163
还有……	163
其他的记忆术	164

测验你的学习风格

测验 31 你是好的观察者吗

你属于哪种风格	169
还有……	169

测验 32 你使用过选择性注意吗

你属于哪种风格	174
还有……	174
选择性注意和生存	175

测验 33 你属于哪种学习风格

你属于哪种风格	180
还有……	181

测验 34 你是独立学习者还是集体学习者

你属于哪种风格	184
还有……	185

测验 35 你具有照相式记忆的能力吗

你属于哪种风格	187
还有……	188

测验 36 你有 ESP 能力吗

你属于哪种风格	193
还有……	193

测验 37 你有透视能力吗

你属于哪种风格	195
还有……	196

测验 38 你能预测未来吗

颜色预测表	198
你属于哪种风格	198
还有……	199
蝴蝶效应和“回到未来”	199

【答题纸】

你的态度	202
你的感受	203
你的社会风格	204
你的创造风格	205
你的认知风格	206
你的学习风格	206
特殊风格	207
你属于哪种风格	207
我们应该怎样利用自己的知识	208
创造你的现实风格	209

很少人喜欢做测验。或许也包括你。但是这本书中的测验不是普通的测验，而且做起来相当有意思。事实上，它们带给你的乐趣就像是在做游戏，但是跟游戏又有一个很大的区别：它们会告诉你一些关于你自己的东西。你会很惊讶地发现你收获到的东西不仅仅是重要的，而且是有趣的、有用的……

这本书中的测验共同有着一个特别的名称，叫做个性风格测验——因为它们都会揭示你的个性风格。

说到“个性风格”，指的不是你穿的衣服或者梳的发型。无论是在这本书中还是其他的心理学专业书本中，个性风格所指的是一个人的态度、想法、信念、习惯、选择、记忆、观点、情绪和能力。

你是一个性格内向的人还是性格外向的人？是个乐观主义者还是悲观主义者？你有创造力吗？你是位天才吗？你是习惯于使用左脑还是使用右脑？你的肢体语言传达了什么样的信息？你能预见未来吗？这些问题的答案将是你探索自己个性风格的线索。至于问题的答案如何获得，那就看你是否认真地读完这本书了！

总之一句话，知道自己的个性风格能帮你更好地了解自己。



知人者智，自知者明。

——老子



为什么了解自己如此重要

很多人对于自己来说都是一个谜。他们不了解自己所做的事情，自己所说的话，甚至自己脑子里的想法。提起父母、兄弟姐妹或者朋友的时候，他们可能滔滔不绝、无所不知，但是一提到他们自己就卡壳了，无从说起！

如果你非常了解自己，你就会很真实地面对自己。如此以来，你便能够为自己做出正确的选择和决定。你能够制定出合理的计划——为今天、为明天、为你的一生——为你自己“量身制定”计划。当有人建议你去做一些并不适合你自己的事情时——例如加入某个俱乐部，或者预备进入某个行业——你便会明确地告诉自己说：“那个东西不适合我。”

很多人都让别人告诉他们该做什么该想什么。有时候这样做的结果就是他们所做的事情与自己的个性风格是背道而驰的。而且，这样做也是会出现问题的。想想看，假如一位医生总是希望自己能成为一名艺术家，那会有什么结果？或者说，一名艺术家希望自己成为一个管钳工？又或者管钳工想成为宇航员？宇航员梦想去养猪？问题的关键就在于：如果你的人生方向与自己的个性风格相违背的话，你过得就不会快乐。