

周安华 著

我是谁？

Emotion

ABOUT EQ

关于情商

心理测试

TEST

中国纺织出版社

周安华 著

WHOAMI?

关于情商

心理测试 TEST

ABOUT EQ

谁是我?



中国纺织出版社

内 容 提 要

你了解自己的爱情指数吗?是如火山般爆发无常,亦或如冰山般冷静理智?

你知道自己的坐姿、衣着、颜色、甚至吃东西等显露出来的性格吗?

你的情商及个性,都在本书简短精确的测试之中,赶快提笔作答,马上揭晓。知己知彼,祝您百战百胜。

图书在版编目(CIP)数据

关于情商/周安华著. —北京:中国纺织出版社,2000.1

(我是谁系列)

ISBN 7-5064-1769-3/B·0013

I. 关… II. 周… III. 情绪-智力商数 IV. B842.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(1999)第 72712 号

策划编辑:曲小月	责任编辑:张 建	责任校对:俞坚沁
责任设计:胡雪萍	责任印制:刘 强	

本书由台湾商鼎文化出版社授权出版

著作权合同登记号: 图字:01-1999-3663

中国纺织出版社出版发行

地址:北京东直门南大街6号

邮政编码:100027 电话:010-64168226

三河市新科印刷厂印刷 各地新华书店经销

2000年1月第一版第一次印刷

开本:787×1092 1/32 印张:3.75

字数:70千字 印数:1—8000 定价:8.80元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换

出版者的话

青年朋友们，你们是地球上最令人羡慕的。老了的希望年轻，太小的希望长大，只有青年，以浑然不觉的态度在享受着生命最灿烂美丽的时光。你们的头脑里装载着无可限量的未来，你们的胸怀里盛满炽热真诚的情感，叫人怎能不羡慕呢。不过，你们也有烦恼，仿佛怀有远大抱负的旅行者站在陌生的十字路口，往哪里去？去找什么？和谁一起去？怎样去？……这一系列的疑问摆在面前。问长辈，他们的回答往往不令人满意；问同龄，大家都处于一样的情境。可是选择又是急迫而不可逃避的现实。太多的选择带来的不仅是太多的希望，也有太多的烦恼。谁知道自己的选择是幸福的未来还是美丽的陷阱呢，真是难！对了，“选择”，这正是青年甜蜜而痛苦的烦恼课。

其实，这痛苦的根源只在于青年们还没有学会认识自己。

这套“我是谁？”系列丛书是台湾著名作家周安华博士编写的，为的是帮助青年朋友们通过科学的手段和分析，以量化的测定在心理研究的最新成果上采用选择的

方式来认识自己,预先筹划未来。“纸上谈兵”最无风险,又最有实效。和朋友一起看看漫画,做做测试,玩个游戏,在轻松中认识自己是一件有趣、时尚而有意义的事情。

这套丛书由七个分册组成。是即将跨入 21 世纪的青年最迫切、最关注的几个人生大问题,分别为爱情、婚姻、智商、情商、未来、择业和管理方面的心理测试和分析。每一种都和青年们的人生与未来关系密切。与其问别人不如问自己,只要拿起笔测一测,面对真实的选择时,你会更主动、更自信,成功的把握自然要大得多。

透过我办公室的窗户,看到的是北京城栉比鳞次的高楼和繁华拥挤的街道,在这熙熙攘攘的人流之中,有多少故事将在选择中发生。而每一个故事的背后,是一个个渴望生活与爱的鲜活的心灵。学会真正的善待自己、善待他人、善待生命,才会得到生活所赐予的最美好的幸福,这正是出版这套丛书最大的愿望。

中国纺织出版社

社长 陈之善

1999. 12. 8

出版前言

古希腊哲学家泰勒斯说过：

“最困难的事情是认识自己。”

步行于车水马龙的繁华街头，人行道旁的橱窗对于行人来说是一种最好的精神调节剂，它犹如一幕幕电影画面，使人目不暇接，若能试着放慢脚步，则可细细领略不同的橱窗之美。每个橱窗都竭尽所能地想捉住行人流动的目光和快速的步伐，每个橱窗都想展示出属于自己的特色——

而你想过吗？

你可以展示出什么？

你了解自己的特质吗？

这便是我为何要出版这本书的缘起。本书特点如下：

(1) 针对青年人的心理和人格进行探讨，有丰富、广泛且趣味十足的测试题。

(2) 书中所有测试题，都是国内外心理学家、社会学家其他专家学者等精心设计反复研究改进而最终确定

的模拟题。

(3) 书中的测试，能给青年以最精确的判断和建议，从多种心理状态的确认中明白自己，认识自己。

(4) 本书由多位美术编辑和文字编辑进行设计与编排，在出版品位上，具有青年人的创意。

三年前，在一次联谊会上认识了周安华博士，与他谈及为现代青少年写一些心灵导航之类的心理丛书时，周博士欣然答应我的邀稿。他以其丰富的学识，针对青年们的自我认知与自我接纳，设计了丰富且趣味的测试题，并提供了精确的剖析和建议。

两年来，卢冠成、连宝如、陈佩晴、吴秀珠等，作为青年人的代言人、执行美编及部分文字的编辑，为本书的出版作出了不懈努力。有他们的聪明才智，加之周博士的不断修改完善，“我是谁”七小册书终于诞生了。

希望本书能给青年一代，在漫长的人生旅途中，在人生的舞台上，认识自己、展示自己，实现自己所怀抱美丽与希望的理想。

台湾商鼎文化出版社

社长 廖雪凤

1999. 1. 5

自序

或许我们这个色彩缤纷的 20 世纪可以被称为“选择的世纪”，不仅存在着理念、文化的情志和风尚的认可，还面临着诸多选择；就是消费趣味、爱情婚姻、人际沟通等等也都在选择的角度上获得意义。事实上，历史已经进入这样一个阶段——选择哲学的阶段，每个人都必须从许多的路标、方式、诱惑及满足中找到“精彩”，找到“精彩”中的自我，从而实现利益的最大化。因此，选择成为最重要的存在、发展和成功之道。

于是，今天我们将全部的生命智慧凝聚在一点上，那就是选择。

选择，给了我们思维的激发、潜能的弘扬；选择也使我们一向被观念、权力、文化和世俗所限定的人生有了更多的可能性和更浓烈的色调。因此，学会选择，自觉选择，是挑战未来的需要，也是在社会大舞台上中流击水的前提和保障。

然而，智慧的选择是要付出心力的，它必然地建立在自知、自省之上，它的全部决断都源于主体的内在动机，其全部准确性均来自选择者对自身“资源”科学的判断。因此，选择的哲学，事实上是一种自省的哲学。

在我们这个理论泛滥的时代，当然不乏各种赫赫然、煌煌然思潮和令人耳目一新的学说，自省自知的方式无疑是多种多样的，但是，当我们试图规避精神的歧途，而迅速捕捉自我的真实；当我们试图消灭暗示，径直走向心灵深处时，量化的测定、科学的分析显然是非常重要的，甚至可以说是决定性的。这是我在繁重的学术研究中，抽暇撰著“我是谁系列”的原因。

“我是谁系列”是写给青年人的书。我喜欢青年以及青年人的激情、活力和创新。几年来，从文学到哲学，再到艺术，我一直关注着新一代的取向和选择，并努力期许以前卫的观念去思索当代价值的走势，把握人类命运所给予我们的可能，为的是对存在本相、生活真谛有较深入的领悟，夜行大海而有航标。这不是一种自诩，而是自勉。

好在廖雪凤女士是有水准、有眼力的出版家，她几乎一眼就看到了这套书的意义、价值，并极力促成其在台湾的出版。当我们以共同的喜悦心情迎接它面世时，我相信这种艰辛的精神耕耘是正确的选择。同样，我也相信，变革岁月的青年朋友们，一定会本着学识、慧心、才智来阅读这套书，并找到自己心醉且无悔的选择！

周安華 1998年11月9日
于美国 BATES COLLEGE

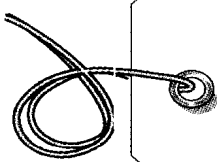
目 录

你属情绪型、理智型还是意志型?	1
握手、坐姿揭示了你怎样的个性?	9
从习惯中可剖析你的个性吗?	21
从休闲假日的安排看出性格?	29
从喜好的颜色判别个性?	37
衣饰透露着你的心灵世界?	43
你合群外向吗?	49
通常你情绪是否稳定?	55
你可擅长交际术?	61
你知道怎么跟人交谈比较好吗?	67
你的心境灰暗与否?	73
你的嫉妒心强不强?	79
你整天自卑自怜吗?	87
你时常害羞、怯场吗?	95
你一向很稳重吗?	103

你属情绪型、理智型还是意志型？

快闪！火山爆发了





我们时常会后悔在失去理智后所说的一些话，因为那些话语通常是不理性的、情绪性的，是会得罪人的。因此，了解自己或他人属于什么性格或个性，就显得特别的重要了。例如，当我们面对个性较强的人时，事先了解了他是属于“大爆浪子”的性格，那么我们就可以适当地处理好他“火山爆发”的情况。

说到性格，我们首先想到的往往是“甲性格暴躁，乙性情温和”，实际上是一大误会。因为以上所指实乃一个人的气质特点，亦即“脾气”，是先天的东西。性格则是一个人后天逐步形成的，是对现实的态度和行为方式中稳定而具核心意义的个性心理特征，直接受制于家庭、学校、社会对一个人的影响。

我们每个人置身于不同的环境，所具备的性格特征当然也千差万别。心理学家从一定的理论原则出发将其归纳为若干性格类型，以便每个人了解、把握自己性格中核心的东西。由于性格对人们的处世行事具有一定的决定作用，了解自身性格的特点，分析优劣，使之趋于完善，对于每一个希望积极而又谐调地生活于社会的人来说，无疑具有重大意义。

下面的一组问题可以帮助你判断自己的性格属于哪种类型。每道题有三个备选答案,标出你确认的那一个。



测试

- 1. 一位漂亮小姐搂着一位小伙子的腰,乘摩托车在人群中飞驰而过,行人议论如下,你同意哪种?
- (A)“真棒!换了我也这样”
- (B)“真潇洒,不过有点危险”
- (C)“哼!不就是‘小混混嘛’”
- 2. 你衣冠齐整地到外地出差,下火车还要转搭公共汽车。刚出站就被几个衣衫褴褛的小孩围住乞讨,你怎么办?
- (A)怪可怜的,丢几个硬币吧!
- (B)他们真无法生活吗? 是否在骗我?
- (C)推开他们:“去去去!”匆匆搭车而去
- 3. 假如有位“仙人”能改变你天赋的素质,你会首先选择哪种?
- (A)美貌
- (B)智慧
- (C)力量
- 4. 以下各类名人你最崇拜哪一种?
- (A)表演艺术家

4 我是谁——关于情商

(B)科学家

(C)指挥千军万马的将军

□ 5. 《红楼梦》中出色女子颇多,你最希望谁做你的朋友?

(A)林黛玉

(B)薛宝钗

(C)史湘云

□ 6. 热恋中求爱的话语各式各样,文学作品里对求爱的描写也是千姿百态,你喜欢哪种?

(A)你是悬在我心头的一颗明星,失去你,我所有的生活将黯淡无光了

(B)此刻我预感到你已跨进了我们共造的爱舟,如果是这样,让我们升起风帆吧

(C)请相信我,世上只有我能使你幸福

□ 7. 清晨你要去见一位久别的朋友,满心喜悦,不料刚出门,就被自行车撞了一下,你是否还要去会朋友呢?

(A)“今天真倒霉,去了准没好事。”于是取消了计划;或者虽然去了,但在整个过程中情绪低落

(B)照样去会朋友,去后告诉朋友被撞经过,请他别计较自己的情绪

(C)全当没这回事儿,有说有笑

□ 8. 你在忙家务, 5 岁的孩子哭着跑来, 满脸是血, 你怎么办?

- (A) 惊慌失措, 不知如何是好, 和孩子一道哭起来
- (B) 起初有些慌张, 但很快镇定下来, 尽快选择了最佳急救方案
- (C) 你马上反应到是与小朋友打架, 很快找到伤口, 消毒止血, 然后决定下一步行动

□ 9. 有时你希望调到另一个单位去, 那么促使你产生此念头的决定因素首先是哪一个呢?

- (A) 心情不舒畅
- (B) 专长得不到发挥
- (C) 上下班交通不便

□ 10. 你到市场买东西, 许多小贩纷纷冲你高声叫卖, 这时你会买哪个小贩的东西?

- (A) 到叫卖最动听的小贩处去买
- (B) 沿路看去, 比较品质及价钱再作决定
- (C) 他喊他的, 我爱在哪儿买就在哪儿买

□ 11. 今天上班你穿了套新颖时装, 同事们看到后夸你真漂亮, 你怎么反应?

- (A) 红着脸并觉得不好意思
- (B) “怎么, 想让我请客了?”
- (C) “你有眼光, 说得的确不错”

6 我是谁——关于情商

□ 12. 亲友间交流感情的好办法之一便是写信，信写好后，你一般怎么折叠起来？

(A)左思右想希望弄出个别出心裁的花样来

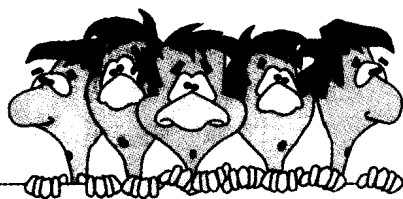
(B)根据收信人的年龄、性别、地位，折得齐齐整整



分析

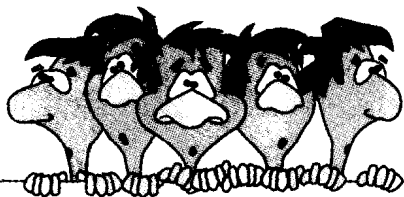
将你选择的答案汇集起来，若多数选 (A)，(B)、(C) 数目较接近，则为 (A) 型；若 (B) 是多数，(A)、(C) 少且数目接近，是为 (B) 型；如 (C) 占多数，(A)、(B) 既少数目又均衡，则是 (C) 型。如果 (A)、(B) 俱多且数目相近，(C) 很少，即为 (A)、(B) 混合型；余此类推。

(A) 型：情绪型 (B) 型：理智型 (C) 型：意志型



(A) 型：情绪型

你热情而有朝气，善于体察别人的情绪变化，感受力深刻准确，且表现力丰富，你像一个灵敏度极好的温度计。



你的行为易受情绪的左右，故而抗干扰的能力不强；不能有效地将精力投入工作及事业中，不能充分体会一种睿智而恬静的生活美。今后应注意时时提醒自己遇事多分析，不可听任自己沉溺于莫名的情感泥淖而不能自拔。你的爱情追求大胆而热烈，易于堕入情网，所以你必须对恋人多做持续观察，即便此刻对方十分迷恋你，也不必急于决定。有时，一见钟情往往始于心醉，终于心碎。

(B)型：理智型

你聪颖又稳重，善用理智支配一切，你的处世公式是智慧加生活。恋爱中说话得体，感情适度，不过早地显露热情或轻许山盟，这样既不妨碍对方选择，自己也有机动权。