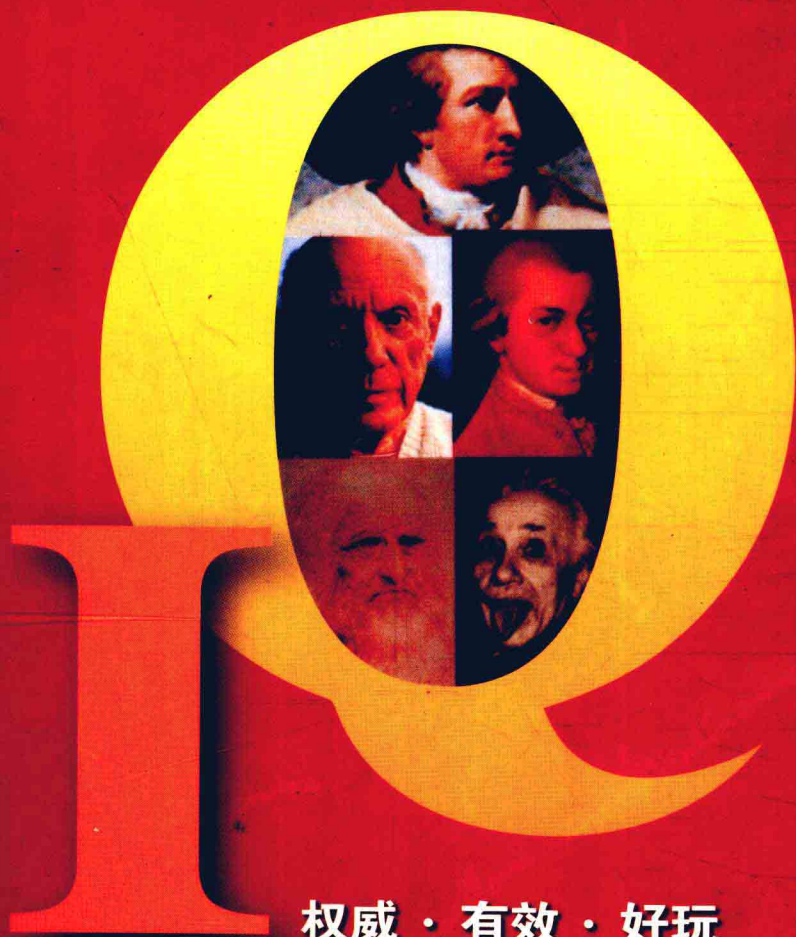


7天快速提高智商

——智力训练与测试大全

〔德〕哈瓦尔·赫瓦斯 著 陆蓓祎 译



权威 · 有效 · 好玩



复旦大学出版社

7

天快速提高智商

——智力训练与测试大全

[德] 哈瓦尔·赫瓦斯 著 陆蓓祎 译

图书在版编目(CIP)数据

7 天快速提高智商:智力训练与测试大全/[德]哈瓦尔·赫瓦斯著;
陆蓓祎译. —上海:复旦大学出版社,2007.4

ISBN 978-7-309-05438-5

I. 7… II. ①赫…②陆… III. 智力开发-通俗读物
IV. B848.5-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 036076 号

7 天快速提高智商——智力训练与测试大全

[德]哈瓦尔·赫瓦斯 著 陆蓓祎 译

出版发行 复旦大学出版社 上海市国权路 579 号 邮编 200433
86-21-65642857(门市零售)
86-21-65118853(团体订购) 86-21-65109143(外埠邮购)
fupnet@fudanpress.com http://www.fudanpress.com

责任编辑 陈 军
特约编辑 吴文娟 李天珏
装帧设计 高静芳
总 编 辑 高若海
出 品 人 贺圣遂

印 刷 杭州钱江彩色印务有限公司
开 本 890 × 1240 1/32
印 张 11.25
字 数 368 千
版 次 2007 年 4 月第一版第一次印刷
印 数 1—10 000

书 号 ISBN 978-7-309-05438-5/B · 267
定 价 24.00 元

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社发行部调换。

版权所有 侵权必究

序 言

许多神话都围绕着智商展开。最古老的神话认为,智商是天生的和无法改变的。如果你对此深表怀疑,那就请你跳过序言——直接享受那些有趣的智商练习题吧。

你肯定不只一次遇到过这样的情况:一个著名艺术家、运动员或者政治家的名字,或者是一处地名、某一物名,在嘴边却怎么也想不起来。你明明知道要讲什么,却偏偏突然间记不起名字来。

这是很普遍的日常现象。心理学家称之为“舌的阻碍”,这完全与智商无关。你设想一下,在必须通过某智商测试的语言题时,“舌的阻碍”现象出现了,你的测试结果会怎样呢?那肯定是糟糕透顶呀!或者假设你饮酒过度而精神疲惫,这样的话,测试结果无疑也会很糟。

因此智商不是固定的,它每天都在变,甚至每分钟都在变。当然你也可以反对,说它只会变得更差。但是,难道它就不能变得更好吗?

证明过程很简单:语言思维是智商的核心部分。现在,我们用一份日语的智商题测试你的语言能力。可能你的智商数只有零点几。但如果你去上了日语课,几个月后再做同样的试题,结果一定会不一样。

下面再举一个简单明了的例子,它告诉我们:智商同样也取决于经验和基本常识。智商是人们快速并有效解决问题的能力。假设你从来没见过开罐器,但你是否会想到,能用这金属物品取出沙丁鱼呢?如果你知道如何使用这工具,那么看见“罐头中的沙丁鱼”的场景就不再是问题了。

本书系统地介绍了如何快速并有效地解决智力测试中出现的典型问题,同时它也介绍了一些基本的思维策略。

没人能预先知道测试结果是什么,所以建议各位做好一切准备。本书也很注重测试内容的多样化。在测试智商的不同方面之前,会有一段建议和方法。题目的难易程度分为三档:

* = 简单

* * = 中等

* * * = 困难

如果你有时间,就请完成难题后先参考答案。这样可以帮助你在接下来的训练中取得更好的成绩,因为某些测试题会重复出现。

无论你是把此书作为能力测试,或是想检测或者强化自己的能力,抑或只是出于兴趣喜欢解决疑难杂题,你都会发现,它不仅给你带来快乐,而且通过这些训练你也会变得越来越聪明!

目 录

智商和 IQ	1
--------------	---

入门测试	8
------------	---

试题	9
----------	---

答案	16
----------	----

评分标准	17
------------	----

逻辑思维	19
------------	----

介绍	19
----------	----

视觉逻辑练习	21
--------------	----

思维逻辑练习	71
--------------	----

视觉逻辑题答案	104
---------------	-----

思维逻辑题答案	108
---------------	-----

空间思维	116
------------	-----

介绍	116
----------	-----

空间想象练习	118
--------------	-----

空间排列练习	148
--------------	-----

空间想象题答案	173
---------------	-----

空间排列题答案	175
---------------	-----

语言思维	178
------------	-----

介绍	178
----------	-----

语言思维练习	180
--------------	-----

语言思维题答案	197
---------------	-----

数字思维	200
介绍	200
数字思维练习	202
数字思维题答案	239
记忆力	245
介绍	245
视觉记忆练习	247
内容记忆练习	262
内容记忆题答案	270
观察速度和实用智商	271
介绍	271
观察速度练习	273
实用智商练习	292
观察速度题答案	294
综合测试	295
综合测试试题	295
综合测试题答案	309
评分标准	311
情感智商	313
介绍	313
情商测试	319

智商和 IQ

什么是智商？

关于智商的研究一直存在，近几个世纪逐渐形成了一系列测试的理论。今天我们理解的智商是经过长时间的研究和理论验证后得出的。它们不仅研究某个因素如计算能力，也研究更多的相互关联的因素并不断发展完善相应的智商测试题。随着时间的推移，这些测试题根据研究派系的不同也在不断地改变。以前人们会认为一个很会计算的人是高智商的。今天的科学会告诉你，智商不仅局限于计算能力，还有更多的因素，如空间思维、归纳和演绎能力等等。

· 智商的定义在过去几十年内已经发生了变化，智商的测试也同样。今天我们对智商的描述，必须延伸到创造力、社交能力、情感智商，这些也会被囊括在测试题内。智商已经不是一个可以很明确或者统一定义的概念了。智商最终将会是测试题所无法包括的。

IQ 的起源

智商是人类的特点，也并非近几个世纪才引起重大兴趣的话题。历来的哲学家对人类的思维模式和各种能力充满了兴趣。今天意义上的智商研究起源于心理学。它有不同的研究派系，如英国派、美国派或是法国派，这些派系深受不同的研究者和他们的观点影响。某些研究者（如：吉尔福特、嘉登、斯皮尔曼、杜尔斯通）在智商研究领域至今都很有名，他们的理论依然具有重大意义。如今的智商研究始于法国流派的研究者比奈。他当时受命于法国教育部，调研小学生们的智力。于是，他先设立一种标准，此标准是根据特定年龄的孩子解决问题的平均频率确定的。而后他的调研从这确定的智商年龄出发。在实际的操作中，一个学生能完成七岁孩子该完成的任务，那么他的智商年龄就是七岁，即使他才六岁或者已经八岁。

IQ 名词的来源

威廉·斯泰恩继比奈之后,将 100 设为平均智商数。智商测试结果低于 100 者,视为低于普通人;智商结果高于 100 者,视为高于普通人。于是引入了 IQ 这一名词和它的计算方式。智商年龄/实际年龄 × 100 = IQ

举例:一个二年级的七岁学生 A 通过了三年级的八岁学生该完成的任务,那么他的 IQ 则高于另一个七岁学生 B(学生 B 通过一年级六岁学生该完成的任务)。这样就引入了 IQ 的概念。

人类的 IQ 比较

如果将 100 设为标准数,那么有部分人是低于平均数或者高于平均数,也有部分人智商很低或者很高。但人们还是不能明确知道,各区域的智商数到底是多少。于是我们借助小高斯的正态分布曲线图计算出了不同的智商段。结果如下:

1. 极其低的区域:
IQ 在 55 以下
2. 非常低的区域:
IQ 为 55—70
3. 低区域:
IQ 为 70—85
4. 低于平均值的正常区域:
IQ 为 85—100
5. 正常区域:
IQ 为 85—115
6. 高于平均值的正常区域:
IQ 为 100—115
7. 高区域:
IQ 为 115—130
8. 非常高的区域:
IQ 为 130—145

9. 极其高的区域:

IQ 在 145 以上

68% 的人智商处于正常区域(4—6 范围)。只有极少数的人智商特别低或者特别高。那些智商特别低的人通常被称为智障。

智商模型

即使智商是天生的,而且也有固定公式,但我们必须指出,在今天的智商测试中年龄因素已被考虑进去。你只需要从表格中对照你的 IQ,而不必要再计算。第二点,在引入智商时必须指出的是,并非人类所有的能力都被测试到了。IQ 虽然是智商的一个衡量标准,但只是一个综合数值。人们应该客观地看待他的 IQ 值。一个 IQ 低于 100 的人并不意味着就是低智商。他可能在某一方面(也许根本没有被测试到)非常出色。换言之,一个人在一些方面低于平均数值,但在其他方面可能是天才。哪些因素现在可以被测试到呢?在过去几十年的研究中,出现了许多智商模型。如心理学家吉尔福特研究出有 100 个不同的因素可以测试智商。然而这些模型因层次太多又太复杂,以致都没有结果。今天我们适用的是美国心理学家杜尔斯通发明的多元化智商模型。他的模型由七大要素组成,也是当今最普遍使用以及被学术界认可的模型。

IQ 测试的不足

许多智商测试的首要不足之处就是缺乏目前人们普遍认可的七大智商要素。也就是说,不是所有的人类能力都能被测试到,也不可能被测试到。由于人类智力复杂多样,才使智商研究的领域那么丰富和重要。因为无法掌握人类所有的能力,而 IQ 是人类最重要的和最容易测量的那部分能力,所以人们都信赖它。

智商是天生的吗?

过去有一些理论认为,智商是基于遗传的,至今这种观点还被部分人所接受(以 H·J·艾森克为代表)。他们的观点是:人有了“愚蠢”的基因后,就会很蠢,而且一直会,也会世代遗传他的“蠢”基因,那么他的

后代也将越来越差。愚蠢就是他们的命运。但如今有人从双胞胎经验和收养研究报告出发,甚至从化学方程式出发,认为遗传和环境都会影响智商。智商是部分遗传,部分受后天环境影响。譬如,从小接触到积极的环境,或者成人后自己寻找到积极向上的环境,这些都是促进智商发展的好环境。

哪些因素会影响智商?

智商不是不可改变的命运,它是可以被训练的能力。它不仅是遗传的,也会受环境和自己作为的影响。因此,智商不是固定不变的数值。每个人都可以通过后期的课程或者自我努力加以提高。我们中的许多人都有幸从小受家庭的培养。做游戏、受表扬、上小学,接受了许多积极的影响。但环境的积极作用到底有多强,似乎也与孩子成长的社会阶层相关。一个低阶层的父母是无法经常提供促进智商发展的来源和可能性的。

下面是各个社会基层不同的平均智商,我们举两个极端的例子。

社会阶层	IQ
上流阶层	约 130 左右
下等阶层	约 80 左右

职业群体中也会折射出这种社会阶层的倾向。比如学术家更容易在上流阶层找到,IQ 在 130 左右;反之,临时工更多是在下等阶层,IQ 在 80 左右。

阻碍和促进智商的因素

阻碍或者促进智商发展的因素不仅取决于父母的社会环境,也取决于健康状况、学校环境以及父母的教育。下面列举一些阻碍因素和促进因素。

阻碍因素:

- 低微的社会阶层
- 家庭和学校:缺乏爱心、惩罚、冷淡、谴责、无聊
- 疾病:没有动力、低承受力、无理想、缺乏自信

这些都会阻碍智力的发展。

促进因素：

——强大的社会阶层

——家庭和学校：充满爱心、表扬、积极的、鼓励的，对成绩的认可，鼓励孩子的志向，决定的自由权，接受错误，发展兴趣，体谅孩子

——健康：增加积极性，高承受力，远大的抱负，自我肯定

这些都会促进智力的发展。

智商始于什么年龄，又止于何时？

智商的相当部分是遗传的。根据早期的理论，智商在你的孩童早期已经开始发展，虽然没有达到最高点，但发展最迅速。随后智商会保持多年，在成年后将慢慢减退。

这种理论认为，相比学校，家庭更能影响孩子的智商。但当今最新的研究更明确，智商的发展一直到 26 岁，之后才慢慢减退。当然这种减退并非指所有的智商因素或者各种能力。事实上，有许多能力即使在年纪很大时仍然保持不变。但往往有些老年人，总认为自己不行了，也不再努力。有了这种态度，那么当然不会再有什么成绩。这其实是个恶性循环：当人不再相信自己的能力后，自然会缺乏动力，结果就无为。然后糟糕的成绩又令他更确信自己无能，从而更没有动力了。

这个恶性循环不仅指老年人，也指那些不积极进取的年轻人。如果他们自信点、积极点，一定会有好成绩。他们也能使自身的发展良性循环。

别害怕 IQ 测试，智商是可以训练的

当今社会几乎所有的东西都要被衡量或者被规定，所以到处是各种测试也不足为奇。有了衡量标准自然很容易去描述某一事物、事件甚至自我。一个人取得了好分数，即使在自我臆想的陌生人前，也会留下好印象。如果事实真是那样，就更不用说了。这股测试潮流，不仅渗透进了日常生活，而且也大大地影响了求职。如今在求职时，不仅需要成绩和面试，也需要智商和性格测试，统称职场测试。不管这些测试结

果是否真正体现了求职者的能力,但它是必需的。如果你碰上了类似情况,请不要回避。因为智商测试是可以被训练的。你可以先在家中安静地做一些测试练习,没必要急于做那些不理解的题目,先易后难。在刚开始练习时,多给自己一些时间。在你熟悉了智商测试的出题结构和类型后,你的成绩会大有改观。

自己如何测试 IQ?

IQ 测试题,就像本书中收纳的,都是心理学家们归纳和研发的。这些被学术界认可的测试题通常是受保护的,只有心理学家们才能用。如果你想做这些测试题,你可以求助于学校的心理咨询部门和其他相关部门甚至可以直接找到心理学家。下面我们罗列一些至今被学术界认可的且最负盛名的智商测试题:

- HAWIE:汉堡-韦式成人智商测试
- HAWIK:汉堡-韦式儿童智商测试
- IST:智商结构测试
- ALT:分析性智商测试
- LPS:成绩评估体系
- 斯坦福智商测试
- 瑞文智力测试
- 图文推理测试

你完全可以在家中做这些已经被公之于众的测试题。

如何准备智商测试?

当你准备做测试题时,不仅是你的答题能力决定了测试结果,许多外部因素也会影响成绩。比如:注意力、创造力、天气和学习氛围。因此最好是你一个人在家,非常安静,没有背景音乐或者其他分心的东西。同时请关闭你的电话、手机等等,以免带来不必要的打扰。你应该全身心投入智商测试中,精神高度集中以取得完满的成绩。另外,要保证足够的时间,否则如果你匆匆忙忙,必定会出现因粗心而引发的错误。

IQ 测试中应该注意些什么？

在测试中，快速理解问题的用意比实际解决某题更重要。譬如在一道数学题后隐藏的是一个逻辑问题。而语言题或者逻辑题测试的通常是基本常识。下面的例子就能很好地说明问题：

哪个数字与其他不同类？

- a) 1848 b) 1640 c) 1492 d) 1776

第一眼觉得这是道数学题。需要找规律？找公约数？都不是。其实这是一道关于年份的题目。利用历史常识，不难发现，有三个年份是关于著名的历史大革命的（1640 年英国，1776 年美国，1848 年法国）。选项 c，1492 年是哥伦布发现美洲大陆的年份，因此它不属于同一类。

别担心，并非所有题目都那么复杂和隐晦，而且题目的布局通常是由易到难。此外，做测试时，除了答题能力外，还需要注意力和学习能力。如果你能静下心来阅读问题，那么你会慢慢发现出题者的动机和出题的规律。当你真正搞懂如何回答关于旋转正方体的题目后，再碰上类似的，你就能轻而易举地回答了。即使正方体的旋转方向有略微的不同。

在答题时，别慌张也别激动，冷静地分析题目，千万别低估自己，这样才能顺利地答题。某些测试会规定时间，因此应该跳过那些不能马上回答的题目，先着手相对简易的题目。如此一来，答出题目数量就会不断增加，与此同时自信心也会增多。回头再回答那些起初认为很难的题。某些出题者经常会给那些自以为是的人布下陷阱。譬如紧接着上题再出一道类似的题，但它却是完全不同的答案。

哪个数字与其他不同类？

- a) 1111 b) 1557 c) 1960 d) 1735

这些数字也都有历史意义，但它的正确答案是 C。因为只有它是偶数，其余都是奇数。

警觉性也是智商的一个形式，它往往在许多测试中起决定性的作用。

入门测试

本测试的目的不仅只是让你得到个智商数,更重要的是为了向你介绍测试类型。你如果越熟悉题目的布局,你的成绩会越好。当然这也跟智商有关,但智商是可以强化训练的。本书的目的就是:多做练习,提高智商。

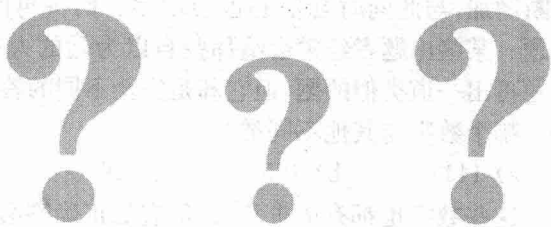
大脑是在出生那一刻起就开始工作的人体器官,直到念悼词方才停止。

——克劳斯·米歇尔斯

回答下面的测试题没有时间限制,但基本原则是:一颗星的题 30 秒 内回答,两颗星最多 1 分钟,三颗星是 1 分半到 2 分钟。也就是说,此测试需要在 25 分钟内完成,之后请看评分标准。

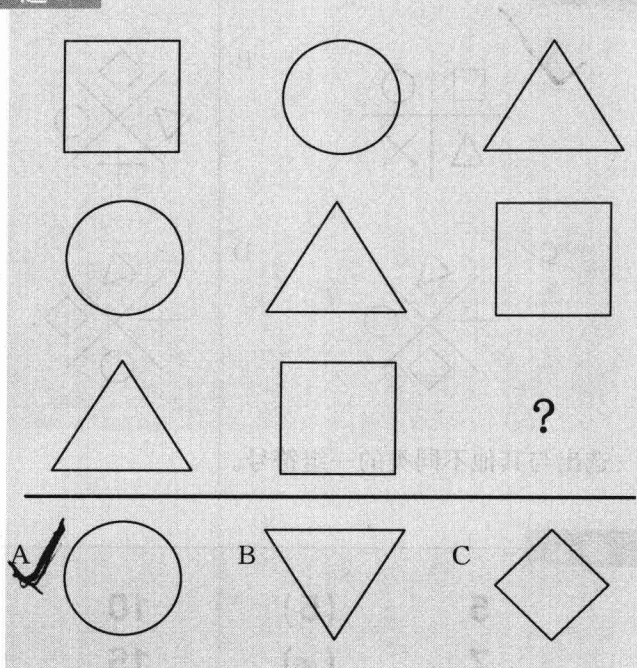
此外,请仔细完成书中的练习,并且认真阅读答案中的注解,最后完成综合练习。那时你会发现你的成绩比现在好。

纸和笔是必需的,我们的题目不需要心算,关键要找出内在关系。祝你获得无限乐趣!



题 1

*



选择相应的符号填入问号处。

题 2

*

A B A C A D A E A **F?**

选择相应的字母填入问号处。

题 3

*

7 9 11 13 15 17 ? **19**

选择相应的数字填入问号处。

你知道吗?

美国道路每年消耗全球 10% 的道路除霜盐粉。

智商最初的形式和作用是为了克服懒惰。因为懒惰每时每刻缠绕着我们,难以想象。

——海明多·冯·多代赫

在福利国家，
生存需要智慧。

——伊莉沙白·叙福尔



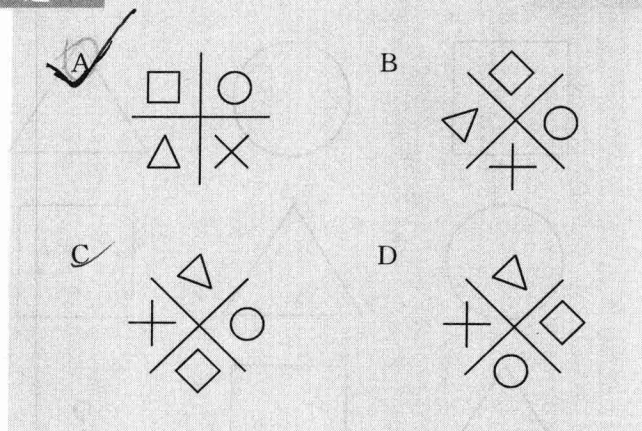
报道者也是笔者，
揭露真相之路，
又用文字将此掩盖。

——安姆布奥泽·比尔斯



题 4

*



选出与其他不同类的一组符号。

题 5

*

5

(5)

10

7

(8)

15

在括号内填入正确的数字。

题 6

*

书
橡树
栗子
狗
杉木
桦树

哪一项与树木无关？