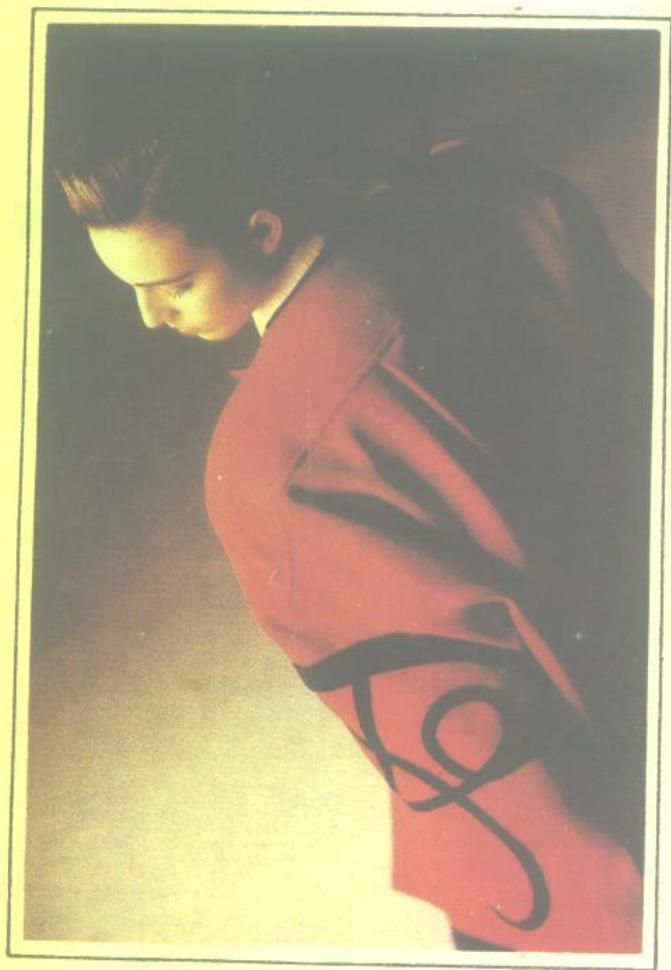


知已丛书

预测你的人生

〔美〕克利斯托弗·埃文斯 等著

钱乃力 译





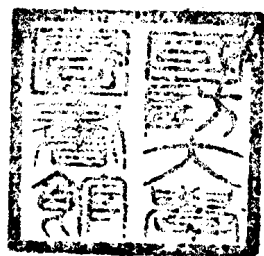
2 021 4639 2

知己丛书

预测你的人生

〔美〕克利斯托弗·埃文斯等 著

钱乃力 译



学苑出版社

知己丛书编委会：

主编：韩齐之

编委：吴颂先 李长安 姚 透

钱乃力 方怀胜 刘一然

朱萍华 韩省之 伊宁安

戴书智

原 序

我们都认为对自己是个什么样的人了解得很清楚：出众的？果敢的？优柔寡断的？还是软弱无能的？这种从青少年时期便开始建立起来的自我估价很可能是准确的。但是，我们能这么肯定吗？罗伯特·波恩斯将这些问题概括了起来，使我们得以“象旁人看我们那样认识自己”。但是旁人所看到的性格真的能与我们的内心形象相符吗？

本书中的所有测试和问题，均由心理学家们精心设计整理，并反复改进而来。本书的目的并不是要在一个晚上改变人的性格，这也是不现实的。对于每一位坦诚的读者来说，本书在他或她的心理结构的各个方面提供了许多新鲜而有趣的观点。这些测试有关于个性的，有关于技能的，还有关于文化艺术素养的。有些是复合的测试，需集中精力去完成，而且要用约一个小时在僻静的环境里方能求得最理想的结果。而另一些测试则是使人轻松愉快的，可以在零碎的时间里填出答案。不管怎样，这里全没有集体的游戏，它们也不能用来解决朋友或熟人的“心病”——任何有此类烦恼的人可向专职人员寻求忠告。读者朋友将会对那些出乎意料，并带点刺激性的结论表示认可的。

你是否做过许多梦？对照书上的问题，看看你的梦有什么

么与众不同的地方。你能否免于灾祸？在相应的测试题中也许能证明你抵御灾祸的能力比你想象的要强。

最后，在心理学发展过程中，没有绝对的正确或错误。《理解自己》一书中的试题也不可能绝对正确。但不管怎样，你会发现它们是有魅力、有启示的，而且，你可能会因此而感受到一种从未有过的轻松。

从你翻开本书的那一刻起，你将看到一面镜子，镜子里所反映的便是你的内在的自我。

你将会更深入地认识那个你在生活中最关心，最感兴趣的人——你自己。

本书通过一系列科学合理的测试，问答和心理学游戏来揭示：

- 你的创造力如何？
- 你的想象力如何？
- 你自由吗？
- 你的职业合适吗？
- 你的性生活如何？
- 你是个真正的领导者吗？
- 你的艺术智商如何？
- 你能否正确判断别人？
- 你的情感如何？
- 你的自信心怎样？
- 以及许多其它有助于洞察你性格的见解。

目 录

你的性格类型、内向还是外向?	(1)
你的睡眠和梦	(14)
你的应变能力如何?	(22)
你的性生活如何?	(33)
你随和吗?	(42)
你的勇气如何?	(51)
你的生活健康吗?	(58)
你和愤怒	(72)
你迷信吗?	(81)
你能冒险吗?	(90)
你的超感觉力如何?	(99)
你是否是一名疑病症患者?	(115)
你的创造力如何?	(122)
你是一个快活的人吗?	(130)
你的调节能力如何?	(144)
你的攻击性如何?	(151)
你对社会持哪种态度?	(157)
你富于想象吗?	(171)
你对自己的职业满意吗?	(179)

你是金钱的奴隶吗?	(188)
检测艺术智商.....	(197)
你有涵养吗?	(227)
直觉和顿悟对你有益吗?	(230)
你是哪种类型的父母?	(244)
你的实际年龄多大?	(265)
你的情绪如何?	(275)
编译后记	(283)

你的性格类型、内向还是外向？

测试人类性格是现代心理学家们的主要课题之一。对于每一个想研究人类行为的人来说，不管他水平如何，最使他惊异的便是人们在生理上的差异，而在心理上的千变万化，则更使他眼花缭乱了。生理上的特点比较稳定，仅随着时间或因健康状况而发生变化，但性格的本质却似乎是流动性的。

他这会儿可能是温厚的，并且俯首贴耳，过一会儿却可能变成一只狂暴、愤怒的野兽；他这会儿显然非常诚实，可过一会儿他会变得狡诈万分；他热情而又冷漠，谨慎而又任性。好象这还不够，人们用来描述自己情绪变化的词汇甚至也是含糊不清的。

也许这并不奇怪，数千年来人们一直在琢磨情绪究竟为何物。然而直到近年来，观测和记述情绪的技术才开始得到发展。某些早期的突破，如众所周知的现代心理学，来源于精神分析学。

心理学家卡尔·古斯塔夫·荣格最早注意到人们具有某种支配其个性——亦即灵魂——的倾向，使其外向世界，或内向自我。

他感到这些向外或向内的性格特点有些难以把握，于是

便以“外向”和“内向”为其命名。

这些性格模式被证明是非常有用的心理测试手段。荣格的观点得到了进一步发展，而心理测试也已经变得极为精确，外向和内向的性格尺度随着时光推移已变得愈加具体了。

我们都知道——或自认为知道——我们的哪些朋友或熟人是外向或内向的，而且，甚至很了解我们自己是属于哪种类型的刻度上。但实际上，分类并非如此简单。很有可能，一位诚恳地拍着你肩膀的商人是个外向者，而那位谦恭的，咬文嚼字的职员是个内向者。然而，表面现象很可能将人引入歧途。

心理学家们精心设计了这些测试，用来筛选这外向和内向的集合，以期达到最准确的效果，亦即达到现代心理学水平上的准确。

这些测试均由专职心理学家提供。但这些测试仅用作自我估价及自我诊断。若你能坦诚地回答这些问题，你最后的得分将为你提供洞悉自己性格的有趣的帮助。

请注意下列规则，以求达到最佳效果：

①准备好铅笔和纸张，在纸上填写你的答案，并且不要把它公开。这意味着你的亲戚朋友在做这些题时能不受你的影响。

②应在清楚理解题目之后再做回答。

③你会经常发现自己难以确切地赞同或反对某种观点、态度。你可以选择那个最接近你观点的。同样，当有两个或更多的观点都与你相符时，选择最接近的一个。

④尽可能坦诚地答题。记住，没有别人会看你的答案与得分，所以你不必怀着那种给人良好印象的心理。

⑤待一节或全部做完之后再查分。

⑥你还应注意时间，尽快完成测试。

1、下面有五段反映交际态度的话。仔细阅读后选择与你最符合的一段。

a, 我希望自己能健谈，而且也正向这个方向发展。认为也许健谈颇合一些人的胃口。

b, 我很健谈，而且常在一伙人的谈话中居领先地位。

c, 我恐怕不太健谈。

d, 我喜欢谈话。但与其说喜欢谈，不如说喜欢听。

e, 我发觉自己总处在一种局促不安的境地，谈话好象快把我淹死了。

2、下面是五种反映使用电话的态度的话，选择最与你相符的一段话。

a, 我能在电话里很好地交谈，不过有可能的话我还是喜欢面对面的谈话。

b, 我不喜欢电话，主要是因为看不见那个和我谈话的人。

c, 必要时我可以使用电话。但我认为这是个局限性的通讯工具。

d, 我觉得自己能在电话里很愉快地与人谈话，并且能表达很深奥的情绪。

e, 我一打电话就感到局促不安。

3、你在竞争中赢得了一次度假机会，而且是公费的。你喜欢下列哪种度假方式？

a, 在豪华的度假村过一个月，阳光，海浪，音乐、聚餐，

以及愉快的伴侣。

b, 在偏僻、宁静的乡间, 一个很小但却是上等的旅馆, 在那儿可以散步, 钓鱼, 或以其它优雅的方式消磨时光。

c, 一位富有的作家朋友, 在他的别墅举行私人集会, 其它的客人大多是作家, 画家, 以及其它颇有创造性的人物。

d, 一次你可以全心全意去做你一直想做的事的机会——学开飞机, 写书, 去每一个可能去的剧院。

e, 和你的家人或朋友在一起, 在一家宁静的旅馆度过宁静的假期。

f, 一个月的旅行, 坐着豪华的轿车去游览欧洲的每一处历史和文化中心。

4、在下列晚间电视节目中, 你最喜欢和最不喜欢的是哪一个?

a, 老故事片。

b, 一次时事问题的讨论会。

c, 不重要的讲话节目。

d, 放纵不羁的喜剧节目。

e, 具有潜在心理学性质的现代剧。

f, 生活信箱节目。

5、下列是几种度过夜晚空闲时光的不同方式, 指出你最喜欢和最不喜欢的是哪一种?

a, 和七八个朋友, 在一个愉快、活泼的酒吧里, 身边是音乐和飞快的舞步。

b, 和一位亲密的朋友在剧院里度过夜晚。

c, 一次真正的地道的舞会, 大量的美食饮料和伴侣。

d, 在家听音乐或读书。

e, 在朋友家里的一次小型聚餐会, 伴着许多令人兴奋的话题。

f, 在家里看好的电视节目。

6、你在做决定时与下列哪一种态度最为相符?

a, 有时我害怕决定的后果, 并且拖延着做出决定。

b, 我希望有时间考虑, 但一旦决定下来, 我就坚定地去做。

c, 我很快就能做出决定, 而且它们通常是正确的, 并不草率。

d, 如果我快做决定, 它们大多是错的; 如果我仔细考虑, 它们大多是对的;

e, 我能极快地做出决定, 但有时我希望自己不那么糊涂。

f, 我觉得做决定是一件困难的事。

7、选出最符合你的一段话:

a, 我决不会在肉体上伤害任何人, 除非为了自己。但我会 在战争中奋勇战斗。

b, 一想到人们发动战争我就感到厌恶。

c, 我不想自找麻烦, 但有时必须依靠暴力。

d, 我常常卷入导致暴力行为的争吵。

e, 我在任何情况下都不会与人打架。

8、选出最反映你的工作水平或能力的一段话:

a, 我觉得我的工作做得很一般。

b, 我能胜任那种稳定而又是高水平, 高效率, 但却并不十分繁重的工作。

c, 我的工作能力不强, 对我来说大部分工作都是繁重的。

d, 我有时工作能力强, 有时工作能力不强, 但大多时是一般。

e, 当我想干时我能完成极其大量的工作,但那似乎是一时的爆发。

9、在本题中,你不仅要根据自我估价,还要考虑别人怎样认为。所有的别人大概会认为我:

- a, 有时是好伙伴,但有时缺乏主见。
- b, 极其活跃开朗,甚至可能过于活跃和好强。
- c, 在某些时候是个极讨厌的家伙。
- d, 是个活跃,友好,充满生气的伙伴。
- e, 在社交场合多少有点平庸。
- f, 是个相当压抑的人物。

10、如果我能“象别人看我那样看自己”,我就会:

- a, 因他们那可怜的想法力而失望。
- b, 多少比我预期的更感到高兴。
- c, 非常高兴和满意。
- d, 恐惧。
- e, 对我性格中某些不了解的方面感到惊奇。
- f, 对自己缺点的亮相不感到惊奇。

11、你买东西时是什么态度?

- a, 我花钱大方,钱不就是让人花的吗?
- b, 每当去买东西时我相当笨,常常站在那儿买我不买的东西。
- c, 我买东西非常负责,而且是根据自己的意思采购。
- d, 我不喜欢去买东西,因为我觉得大部分商品都有可能使你上当。
- e, 我最讨厌去买东西。

12、对下列各种态度,回答你是同意,反对,还是不确定。

定。

a, 如果人们在行动之前必须被迫向什么人解释一番自己的计划, 这世界将是个很不错的归宿。

b, 人是一种服从的动物, 他必须根据社会的需要来调整自己。

c, 信用卡完全是一种威胁, 它使人们的花费超出他们的支付能力。

d, 没有比“将其提交委员会审查”更蠢的决定了。

e, 神经质的人倾向于放纵他们自己的问题。

f, 变化是生活的调味品。

13、你最喜欢和最不喜欢下列哪种工作?

a, 在一家大图书馆从事重要的编目工作。

b, 做某个体育或社交俱乐部的出纳员。

c, 在某个剧院演出中担任领导工作。

d, 复兴一个失败的地方政党。

e, 研制一个绝对大规模的智力玩具。

f, 对心理学理论的最新发展做一番透彻的了解。

14至16题仅适于男士。

14、不考虑价格及消耗费用, 下列哪一种轿车最合你的心意, 哪一种最不合你的心意?

a, 罗尔思·罗伊斯出品的险路牌轿车。

b, 费雷丽牌运动型轿车。

c, 澳斯汀出品的海盗3500型。

d, 西德大众牌轿车。

e, 福特公司野马牌轿车。

f, 福特公司雷鸟牌轿车。

g, 福特公司格雷那达牌轿车。

h, 西德本茨200型。

i, 杰戈娃E型, 英国产。

j, 福特公司美洲狮牌轿车。

k, 不确定。

15、你的密友必须从上述车型中选一辆最适合你性格的轿车。他或她将选哪种？

16、你的选择与你朋友的选择一致吗？

17至19题仅适于女士。

17、不考虑你目前的职业, 练训素养, 背景等等, 下列哪种工作最合你的心意, 或最不合你的心意。

a, 名牌大学图书馆的领导。

b, 某著名制片商的秘书。

c, 国际水平的运动员。

d, 成功的时装模特。

e, 声名显赫的心理学家。

f, 一所现代实验学校的校长。

g, 一个幸福家庭的主妇。

h, 成功的作家。

i, 电影或舞台明星。

j, 一位成功但却孤寂的作家的妻子。

k, 不确定。

18、你的密友必须从上述职业中选择出最适合你性格的一种(不考虑你的年龄, 能力或特长)。你认为他或她会选哪种？

19、你的选择与你朋友的选择一致吗？

分 析

超过100E:

如果题目回答得坦率, 诚实, 这一得分表示你的外向已经达到了变态的程度, 事实上它表明了一种明显紊乱的性格。处在极端状态, 整个测试就会变得不那么准确。对此最可能的解释是, 你可能对某些题理解错了, 或是查错了得分。

76E至100E:

这一得分表明你与大部分人相比是极其外向的, 并可能被认为是相当自大的。现在的问题是: 你对此能够或应该做些什么? 若你已经了解你性格的这些方面正在阻碍你发展的话, 你应当努力限制它。最佳而且最简单的策略便是, 尽可能对你自己有个准确的了解。一个稍显残酷但却有效的办法是, 设法搞几份你在集会上, 酒吧里或是在办公室里讲话的录音。仔细听它们, 你会看到你形象的哪些方面需要加以修饰。

51至75E:

你属于不大成问题的外向型性格。幸运的是你已经调整了自己的职业或生活方式, 使之适合你的性格。若不是这样的话, 你应当着手进行这样的调整。你现在的职业可能太紧张, 你的交际也太多。强外向型性格常常能将人引向成功。只要你能避免激进, 就是一种可喜的性格。

31至50E:

显然你是外向的, 而且大多数人都做出如此判断, 如果他们了解你的话。而那些得分在30分以内的人就不会立刻

被认为外向。你的性格正常，健康，不用做调整。但所有外向型性格均须尽可能注意保持良好的交际关系。

11至30E:

你的性格相对来说是外向的。这种倾向非常轻微，以至于你自己并不知道。若你自认为是内向型，将会有另一些生活方式的小变动要求与之相应。你具有组织才能，并且倾向于在那些与人打交道的职业中获得成功。

10E至10i:

你既不外向又不内向，而是居二者之间，可以描述为“平衡性格”。这既不好也不坏。但总的来说你会因此而得益，因为你对于外向的和内向的人来说都是可以接受的，你很善于建立轻松的社交关系。

10i至30i:

总的来说你是内向型。但这倾向比较轻微，以至于你自己并不知道。例如，你可能会觉得某些社会交往虽然不令人愉快，但却不得不应付，这使你感到紧张。但这种紧张可以通过更多地做一些你喜欢做的事而得到缓和。

31至50i:

你显然属于内向型性格，大多数了解你的人也会认为你是内向的，有点羞怯。如果不超过30分，你尚可自觉或不自觉地隐匿你性格的这个方面。其实这是蛮好的性格，只要你能在那些自己并不真正喜欢的那种复杂的社交场合表达自己而不感到紧张。

51i至75i:

你性格的突出特点是显著的内向。幸运的是，你的工作和生活方式早已得到了调整，使之适应你的性格。你不喜欢