

性格自测

[美] 简·谢罗德·辛格博士 等著

- 性格与事业
- 性格与成功
- 性格与婚姻
- 性格与印象
- 性格与行为



性 格 自 测

[美] 简·谢罗德·辛格

[美] 朱尔斯·利奥波德

[美] 威廉·伯纳德

[西] 弗兰科伊斯·高格林

著

刘庆荣 刘琦 译



长江文艺出版社

J. Sherrod Singer William Bernard
Jules Leopold M. YF. Gauquelin

TESTS DE PERSONALIDAD

根据 Libreria, Importadora, Editora Y Distribuidora
LIMA S. A. 版译出。

性 格 自 测

〔美〕简·谢罗德·辛格 博士

〔美〕朱尔斯·利奥波德 博士

著

〔美〕威廉·伯纳德 博士

〔西〕弗兰科伊斯·高格林 博士

刘庆荣 刘琦 译

长江文艺出版社出版·发行

(武汉市解放大道新育村63号)

新华书店湖北发行所经销

湖北省新华印刷厂印刷

787×1092毫米 32开本 8.23印张 1插页 173 000字

1989年12月第1版 1990年3月第2次印刷

印数：10 501—23 700

ISBN 7-333-0257-9

B·1 定价：2.80元

内 容 提 要

这是欧美舆论界称为“能改变你的生活”的一本著名畅销书。

人人都希望自己能在爱情和事业上获得成功，但不可避免的是，人生中又会受到各种挫折。怎样才能获得成功？怎样在困境中反败为胜？美国和西班牙的四位在心理学研究方面卓有成就、蜚声世界的心理学家，根据他们多年来的研究成果，提出了100多道自测题。这些试题简洁明了，深入浅出，包含面广，涉及到人的自我认识、行为举止、处世为人、异性交往、恋爱婚姻、家庭关系等诸多方面的问题，您很容易选择出自己的回答。根据您的回答，在本书中您能对人生中的各种问题作出自己的判断，找到科学的指导和答案。您甚至对别人也可进行测试，比如，您可根据您的异性同事或异性同学的种种表现，判断出你俩之间有否发展爱情关系的可能，从而使您不致陷入盲目的境况中；又比如，在与异性交往中，您和情敌的言行，是否属于“吃醋”的范畴……

此书一经问世，立刻风靡欧美各国，众多报刊争相转载。它适合各个层次的读者进行自测，它会使您的形象变得富有魅力——它是成功的基础。朋友，请不要相信迷信，相信科学吧。

目 录

第一章 认识自我

你是否自信?	2
你爱独立思考吗?	4
你的风度如何?	5
你属哪种类型?	6✓
字体反映了你的哪些性格特征?	8
你喜欢独处吗?	11
你有独立性吗?	12
你怎样对待生活?	14
面对困难,你作何反应?	15
你能正确流露自己的感情吗?	17
你有自卑感吗?	18
你對自己满意吗?	20
你有幽默感吗?	21

第二章 行为举止

你成熟吗?	24 ✓
你爱自我吹嘘吗?	26
你性格外向吗?	28

你真的具有魅力吗？	30
这些词语反映了你哪些性格特征？	32
你逻辑性强吗？	34 ✓
你尊重自己吗？	36
你有强烈的自豪感吗？	37
你自立能力强吗？	38
你知道如何批评别人吗？	40
你知道怎样对待批评吗？	41
你墨守成规吗？	42
你逃避现实吗？	43
你迷信吗？	44

第三章 完善自我

你善于驾驭自己的情绪吗？	51
你有神经质吗？	53
你让人讨厌吗？	54
你不合群吗？	57
你是个吝啬鬼吗？	58
你是位物欲主义者吗？	63
你喜欢交谈吗？	66
你夸夸其谈吗？	67
你的自制力如何？	69
你是位干净利落的人吗？	70
你善于保密吗？	73
你能预见未来吗？	74 ✓
你善于吸取经验教训吗？	76

第四章 社交艺术

你知道怎样与人相处吗?	79 ✓
你是个真正的朋友吗?	82
你能助人为乐吗?	84
你使他人有负罪感吗?	87
你为人慷慨大方吗?	89
你知道怎样说服别人吗?	90
你知道如何做一个受欢迎的人吗?	91 ✓
你有迷人的魅力吗?	93
你是位热情的主人吗?	95
你是个好邻居吗?	97
你是个受欢迎的客人吗?	99
你会写信吗?	101
你会玩吗?	102
你是位值得称道的游客吗?	105

第五章 异性之间

你了解男性吗?	110 ✓
你了解女性吗?	112
你对性有正确认识吗?	114
你知道男女之间的心理差异吗?	115
你知道男女之间的行为差异吗?	116
你有性感吗?	117
你是真正的女性吗?	119
你是浪漫型吗?	121
你知道如何吸引你所钟爱的男性吗?	122 ✓

面对下列情况男女各做出什么反应?	124
三思而后行.....	126
他真的爱你吗?	128
你迷人吗?	130
爱情的秘密.....	134

第六章 婚姻家庭

你了解婚姻吗?	141
你懂得婚姻艺术吗?	144
在家里你真的感到幸福吗?	145
你的婚姻有不美满之处吗?	146
你能使丈夫延年益寿吗?	148
你真的了解丈夫吗?	150
你故意气你丈夫吗?	152
怎样做一名好妻子?	153
在家里总是妻子说了算吗?	155
你们俩互敬互爱吗?	156
什么都不该向丈夫隐瞒吗?	157
什么都不该向妻子隐瞒吗?	159
你值得家人尊敬吗?	160

第七章 模范家长

你是孩子的敌人，还是他们的朋友?	165
孩子们喜欢你吗?	167
你了解孩子吗?	168
你常和子女发生争执吗?	170

你使儿子有出息了吗?	172
------------------	-----

第八章 走向成熟

你给人的第一印象如何?	176 ✓
你有献身精神吗?	178
你有良好的学习习惯吗?	179
你具备开车的条件吗?	182
你知道怎样才能赢得声望吗?	184
你知道怎样维持友谊吗?	185✓
你会是个好丈夫吗?	187
你会是个好妻子吗?	190
你懂得如何与老师相处吗?	193
你懂得如何与父母相处吗?	195
怎样成为讨人喜欢的人?	196

第九章 成功之路

你是否具备成功的条件?	201
你喜欢冒险吗?	202
你想成为百万富翁吗?	203
你喜欢工作吗?	204
职业改变了你吗?	206
你适合做哪种工作?	207
你是个好职员吗?	209
你有售货员的素质吗?	210
你是个高效率的人吗?	211
在办公室里你衣着得体吗?	213

第 十 章	爱的艺术	215
第十一章	社交的技能	220
第十二章	你感到幸福吗?	224
第十三章	你的判断力如何?	229
第十四章	你的婚姻如何?	233
第十五章	你有领导艺术吗?	237
第十六章	你善于审时度势吗?	242
第十七章	你是个领导者吗?	245
第十八章	你身心健康吗?	254

第一章 认识自我

认识自我首先要对自己作出正确评价。任何人都不是完美无缺的，但谁也不可能集所有缺点于一身。一个人一旦明确自我性格中积极和消极的特征，就会在行为举止上变得聪明起来。

我们每个人的背后都存在着一个精神分析家，这是因为我们每个人都常常为自我忧虑。我们每天都在有意和无意地竭力去赢得他人的尊敬或认可。丈夫希冀得到妻子的尊敬和钦佩；妻子自然也希望得到丈夫的爱；下级渴望得到领导的重用；学生希望成为老师的宠儿，等等。

假如你对本章各测试题均持认真态度，诚实作答，既不对自己的“阴暗面”夸大其辞，也不因自卑心理掩藏自己的“闪光点”，多数情况下，你的结果是理想的。著名心理学博士W·J·西里西曾对他的听众说：“如果问你们‘你是否觉得自己很完美？’，回答可能都是否定的，但回答过下列两个当代最重要的问题后，你的回答就可能是肯定的了，即‘我是否能独自生存？’、‘我和他人是否能和睦相处？’。”

杰出的威廉·C·门宁格医生也说：“纵然存在着许多认识自我的理由，但重要的是，一个人成熟之后再剖析自我有助于他更好地约束自己的行为。不言而喻，我们有时会做

些损害他人的事，或者说我们的行为方式后来反而损害我们自己。学会如何思考和自我引导将会使我们自身更完善、更幸福。”

本章各测试题均来源于有关科研机构的调查研究，皆为牢靠而有效的研究心得。回答这些问题是最佳的自我完善方式，它能使你消弭某些模糊的理性概念，拓宽你的自身才干，从而迎来一个更加丰富充实的生活。

你是否自信？

下面的试题是由一些经验丰富的心理学家列出的，它能帮助你了解自己的自信程度。请如实回答以下问题：

是与否：

- 1. 如果迷了路，问路时你是否犹犹豫豫？
- 2. 一般来说你认为站着更洒脱吗？
- 3. 你常常希望事物能多样化吗？
- 4. 你是否觉得衣柜不太整洁？
- 5. 假定我们听不到自己的声音，你是否感觉到自己讲话声音低沉、浑厚、适度？
- 6. 你在众人面前紧张胆怯吗？
- 7. 你常紧锁门窗、箱子吗？
- 8. 你喜欢照镜子吗？
- 9. 你愿意和随意挑中的人幽会、结婚吗？
- 10. 你是否丢三拉四？
- 11. 你能正确对待别人的取笑或批评吗？

- 12. 如果你三次被解职或被大学辞退，你是否对自己的能力产生怀疑？
- 13. 你是否对领导者角色津津乐道？
- 14. 遇到问题时，你一般都独立解决吗？
- 15. 你认为部分授权是必要的也是适宜的吗？
- 16. 你喜欢将个人问题讲出来同他人共同商讨吗？
- 17. 你认为父母很喜欢自己吗？
- 18. 你常被一些不愉快的梦所困扰吗？
- 19. 你觉得别人的眼睛总是盯着你、讥笑你或议论你吗？
- 20. 你有时想把自己的性格同别人换一换吗？

答案：

- 1 否； 2 是； 3 否； 4 否； 5 是； 6 否； 7 否；
8 否； 9 否； 10 否； 11 是； 12 否； 13 否； 14 是；
15 是； 16 否； 17 是； 18 否； 19 否； 20 否。

计分：

每一正确答案计 1 分。

16—20分者：你是位成熟冷静、心理平衡而十分自信的人，能练达地处理各种问题，并能在悲伤时节制自己。别人都求教于你，你也心甘情愿、毫无索求地去帮助别人。但你有自己的隐私，而且是幸运中蕴含着的隐私。

6—15分者：你是一位正常的人，在多数情况下有自信心，但在某种情况下却又胆怯。生活对你来说不成问题。再仔细检查一遍你的答案，分析哪些题的答案与心理学家的不同，这也许对消除笼罩你自信心的阴影有所裨益。

1—5分者：显然你是一位聪明而又好奇的人。比方说

你能毫不费力地回答问题，但你缺乏自信。你不妨外出一次，看看别人都是如何处世的，并将自己的优势罗列出来，设法每天增加一条。不久，你就会发现自己要比以前想象的强得多！

心理学家认为：第9和第13题属示意性试题。过分傲慢的人并不在自信者之列。

你爱独立思考吗？

个性是很宝贵的。你是鹦鹉、木偶还是一个真正的人？做完这个测验你就会知道。

是与否：

- 1. 有时你宁愿独自出去边散步边思考，也不愿找个伴儿商量商量吗？
- 2. 聚会前，你喜欢打电话向朋友们询问些情况吗？
- 3. 今年你去过一个教堂，一个不是你信奉的宗教教堂吗？
- 4. 如果大家都喝酒，你就要冷饮吗？
- 5. 有时你和自己最亲密的伙伴也持不同意见吗？
- 6. 你怕独自旅行吗？
- 7. 你的朋友们都和你持同一观点吗？
- 8. 为了使自己更和蔼慈善，你准备改变自己的信仰吗？
- 9. 让你和一个外表极没魅力或者和一个很有个性的人约会，你总是犹豫不决吗？

——10. 为了维护自己的信仰，你宁愿拒绝比现在报酬高得多的工作吗？

答案：

1 是； 2 否； 3 是； 4 否； 5 是； 6 否； 7 否； 8 否；
9 否； 10 是。

结果：

9—10题正确者：你是位很爱思考的人，一向确信自己能找到正确答案。

5—8题正确者：大部分情况下你都爱随波逐流，接受别人的意见。但从回答中可以看出你有自己的主见，并非一个木偶。

1—4题正确者：不必担心，鹦鹉可有一身漂亮的羽毛呢！

你的风度如何？

这是根据罗斯维尔·约翰逊博士在著述中关于风度一章的分析所做的测验题。

是与否：

——1. 你老成持重吗？

——2. 当你看到某人自言自语时，你常怀疑他是在说自己吗？

——3. 你喜欢结识怪人吗？

——4. 你常认为生活没有希望，整个世界都成了地狱了吗？

- 5. 你认为大部分人都是优点大于缺点吗？
- 6. 你认为对孩子应该严加教育吗？
- 7. 购物时，你总是买那些既漂亮又实用的东西吗？
- 8. 你认为自己最美好的时光是童年吗？
- 9. 你喜欢和别人交流思想、传授经验、甚至共享财富吗？
- 10. 你不同意下列观点：被爱后再被抛弃也比没被爱过强吗？

结果：

一般人的答案应该是奇数题答“是”，偶数题答“否”。但由于我们每个人都各不相同，所以有二三道题答错了也无关紧要。但如果有一大半答案都与标准答案不符，那你就该对自己的言行予以考虑了。

你属哪种类型？

大凡不甘寂寞的人都想通过各种方式广交朋友，扩大自己的社交面。这些交际活动各具特色，可以是公共活动，也可以是朋友间的友好交往，还可以是一些丰富多彩的竞赛项目，等等。所有这些，宛如一条无形的纽带，将人们紧紧地连在一起。那么，在上述活动中，怎样才算表现得体呢？请回答下列10个问题。

是与否：

- 1. 如果因参加与你关系较大的活动未能准时回家，你是否在意？

- 2. 一群朋友突然邀请你一起去做某事或参加某项娱乐活动，你愿意一同前往吗？
- 3. 在工作和学习中，你经常主动承担额外工作吗？
- 4. 人们是否因为你工作勤恳而经常称赞你？
- 5. 参加某些不能直接获益的活动，你愿意吗？
- 6. 假如让你做某项指定工作，而你当时身体又很不舒服，你是否能竭力完成它？
- 7. 你是否参加了社会性较强或有慈善福利性质的组织？
- 8. 你积极参加各项活动或各种会议吗？
- 9. 当你的意见与小组意见相反或相距甚远时，你会断然退出该小组活动吗？
- 10. 你很乐意与其他人一块儿参加活动吗？

计分：

除第9题否定回答得1分外，其他各题的肯定回答均得1分，否定回答不得分。

0—3分者：性格比较内向，不善交际，个性较强。为了掌握更大的主动权，喜欢天马行空，独来独往。由于担心出现问题和承担责任，不愿参加集体活动，不合群。平时总是依靠自己而不求助他人。并不害怕孤独和寂寞，因此，从未想过要加入朋友圈中以消除孤独感。

4—7分者：性格平静，办事稳重，处事比较老练。并不因为自己持批评态度而直截了当地拒绝加入各种组织，而是尽可能使自己表现得热心一点，这样可以从中得到许多有益的东西。另外，自立能力较强，向来不愿勉强寻求他人的帮助和合作。很清楚自己的才能和学识，从而不致于好高骛