



全国优秀畅销书《心理学是什么》作者**崔丽娟**教授
再度倾力打造“画”说心理学丛书

崔丽娟◎丛书主编



读心“测”略

心理测试帮你打探心底的秘密，揭开未知的自我

王晓丽 王冠一◎编著



心理测试会启动你的欺骗潜能吗？



你是哪种性格的人？



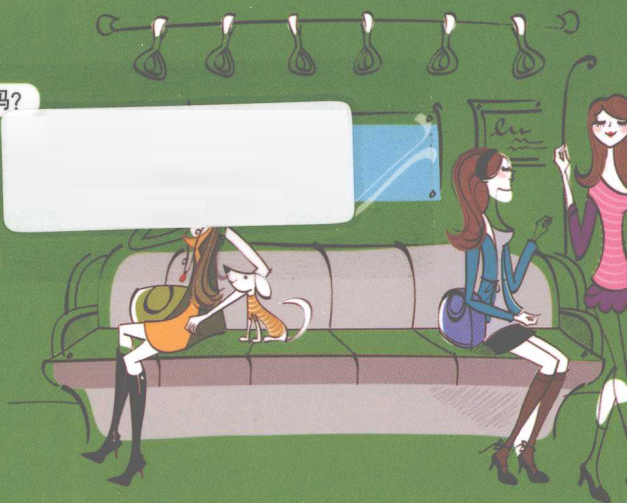
你的潜意识在对你说什么？



你的性格适合现在的工作吗？



弗洛伊德真的会解梦吗？



机械工业出版社
China Machine Press

崔丽娟◎丛书主编



读心“测”略

王晓丽 王冠一◎编著



机械工业出版社
China Machine Press

本书辅助漫画的形式向读者介绍了心理测量的常识,让读者通过心理测量正确认识智商、人格、心理健康等问题,避免踏入以讹传讹或想当然而造成的误区。同时也努力让心理测量和心理测验走进读者的工作、生活与娱乐中。

封底无防伪标均为盗版

版权所有,侵权必究

本书法律顾问 北京市展达律师事务所

图书在版编目(CIP)数据

读心“测”略/王晓丽,王冠一编著. —北京:机械工业出版社, 2012.9

(“画”说心理学)

ISBN 978-7-111-39541-6

I. 读… II. ①王… ②王… III. 心理测验 — 通俗读物 IV. B841.7-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第198602号

机械工业出版社(北京市西城区百万庄大街22号 邮政编码 100037)

责任编辑:赵艳君 版式设计:刘永青

三河市杨庄长鸣印刷装订厂印刷

2012年9月第1版第1次印刷

147mm×210mm·6.5印张

标准书号:ISBN 978-7-111-39541-6

定价:28.00元

凡购本书,如有缺页、倒页、脱页,由本社发行部调换
客服热线:(010) 68995261; 88361066
购书热线:(010) 68326294; 88379649; 68995259
投稿热线:(010) 88379007
读者信箱:hzjg@hzbook.com

总序

心理学是一门关于人的学科，这就决定了它的研究内容是最为丰富和广泛的，活跃在我们生活的众多领域。比如，在各种医院里，我们可以看到咨询心理学家或临床心理学家的身影；在幼儿园、学校里，儿童心理学家、发展心理学家，指导教师和家长更好地帮助孩子成长，并给孩子提供成长的帮助和支持；在监狱、戒毒所等，犯罪心理学家利用团体训练、行为矫治技术等，帮助犯人重新社会化，帮助吸毒者从毒瘾中走出来，重新回归正常而健康的社会生活……可以说，有人的地方，就有心理学家的身影，心理学的研究，已经涵盖了人类生活的各个层面。

2002年我曾出版《心理学是什么》一书，在读者中引起了不小的反响，也收获了不少的奖项，它的出版让我看到了人们对心理学的热情与渴求，而在今天，这种热情与渴求丝毫没有减退：报考各类心理专业资格证书的人每年都在增加，越来越多的

学校开设了心理学专业，心理学书籍与节目日益火爆，心理机构激增。这些都证明了我们的时代需要心理学！

在为此高兴与欣慰的同时，我也在思考一个问题：“怎样才能更有效地把真正的心理学带给热爱心理学的大众？”

恰逢此时，机械工业出版社华章公司的编辑为广大读者策划了“画说心理学”丛书，优先选取心理学与大众生活紧密相关的各个领域阐释。我有幸受邀加入该套丛书的写作并成为主编，让我有机会为热爱心理学的广大读者正确解读心理学，使读者在阅读过程中，通过我们介绍的心理学原理与自己的内心经验互相印证，了解心理学、了解自己，从而更坦然地面对人生，为幸福生活保驾护航。

在写作上我们力求做到：通俗易懂但不失内容丰富，贴近生活事例但不失理论深度，轻松幽默但不失学术严谨。从策划到即将成书，近一年的时间过去了，尽管我们在各方面做了努力，仍然不敢说，我们的设计和阐释以及取舍是最准确的。一本小书道不盡心理学的奥妙，写作期间所感受到的惶然与忐忑，仍然困扰着我们：书中选取的内容，是大家最渴望了解的吗？这些内容是否能使大家准确地理解和把握心理学的精髓？因此，我们也真诚地期待大家的批评与建议，让我们一起完善这套丛书，使它们编排更加合理、写作更加符合大家的期望。

崔丽娟

2010.11 于华东师范大学丽娃河畔

前言

满天飞的心理测验

你是否见过类似这样的测试：
你有四件事同时发生，

- | | |
|----------|-----------|
| 1. 孩子在哭 | 3. 水龙头在流水 |
| 2. 电话铃在响 | 4. 有人在敲门 |

请仔细思考一下，然后再回答你会按照什么样的顺序来处理这四件事呢？

A：抱着孩子→关水龙头→拿起电话说“您先等一会儿”→再去开门。

B：先开门（不及时开门客人以为家里没有人，会走的）→关水龙头→抱孩子→最后接电话。因为我家电话有来电显示，如果来不及接可以再打回去。

C：先关水龙头（现在都提倡节省能源和环保意识）→再接电话，让对方等一会儿→再去开门→最后抱孩子，孩子哭一会儿没关系。

这四件事情分别代表着家庭、事业、金钱、朋友。回答这几个问题的顺序代表着你对这几件事的重视程度，多数人可能还是能够接受这样的解释。以孩子代表家庭、以电话铃声代表工作、以敲门代表朋友的到来、以自来水的耗费代表金钱似乎都有一定的道理。对这个问题的回答，也许是人头脑中对家庭、事业、金钱、朋友重视程度的不自觉反映。那么，再看看曾经流行的手机短信测验：

一个朋友发给你一条短信，内容是“在你心里我是什么颜色？”

- | | |
|-------|-------|
| 1. 绿色 | 5. 黄色 |
| 2. 蓝色 | 6. 橙色 |
| 3. 白色 | 7. 粉色 |
| 4. 红色 | 8. 紫色 |

对问题的回答，意味着提问题的人与回答问题的人之间的关系，更准确一点说，问题的答案代表着问者在被问者心中的位置。

答案所代表的含义如下所示。

- | | |
|----------|----------|
| 绿：偶然想起的人 | 黄：不会忘记的人 |
| 蓝：爱的人 | 橙：值得交的朋友 |
| 白：心灵深处的人 | 粉：性伙伴 |
| 红：憎恨的人 | 紫：最可靠的人 |

对于这个测验，已经明显地含有相当多的娱乐成分了。每个人都想知道自己在熟悉的人心中的位置。可是如果不提出有力的论证，仅仅是靠一个简单的问题而得到判断结果，人们会相信这个结论吗？特别是当测验的结果与两人心中所想都不一致的时候。

我们可以在网络、电视、娱乐报纸杂志、手机短信里面见到很多这样的小测验。看见的人往往会去做一做，然后慢慢品味其中的解释与自己的实际状况是否相符。有的人觉得很灵验、很准确，这样的人与其说是用小测验来了解自己的性格，倒不如说是用自己的性格来检验小测验的准确性更恰当一些；有的人却心有疑惑甚至从不相信，觉得这些所谓的测验完全是无稽之谈，毫无道理，“一两个问题就能完全了解一个人，或一个人的某个侧面吗？”我们说，这些怀疑是有道理的，如果人真的只凭一两个问题就能了解，也许心理测验就不会像今天这样深受大众关注和欢迎了。正因为这些小测验有时让人觉得有点道理，有时又让人觉得不太准确；又似乎对一部分人准确，对另外一部分人不甚准确，这种不确定性更加激起了人们的兴趣，从而不断地去尝试各种新的小测验去验证自己，去验证这些测试与自己对自己的认识是否一致以及一致的程度。从科学角度来说，我们究竟该如何去看待这些社会上流传的各种各样的小测验呢？这样的小“尺子”的性能似乎太不稳定了。心理学有没有给我们找到一把像尺子一样的工具，可以让我们尽量准确地测量人的心理呢？下面是一个趣味测验，读者可以尝试着做一做，并用自己的常识来分析这样

的测验结果是否准确可靠；同时也让我们一起进入本书，来看看心理测量这门学科对这一系列问题的回答吧。

你是哪种类型的男人

你与心爱的人在超市购物，获赠抽奖券一张。很幸运，你抽得一等奖。奖品任选其一（每项价值都是完全相同的）：

1. 一辆小汽车
2. 一整套家电
3. 一颗名贵的钻石
4. 等值现金，但是只能在此超市购物，不能取现。

你的选择是什么呢？

参考答案

如果选择小汽车，那么你是个热情奔放的男人，比较喜欢冒险和游玩，考虑自己略多于考虑你们俩人。

如果选择家电，那么你比较顾家，能够考虑到两个人的事情，属于生活型的，算是好男人吧。

选择一颗名贵的钻石，当然是要送给你心爱的人，你是相当浪漫的男人。

选择现金是现实型的男人，懂得生活，无大理想。于是是不是好男人，那就看你心爱的人怎么看待你了。

目 录

总 序

前 言

■ 第1章 心灵的尺子：心理测验 1

心理测量与心理测验 2

测验能帮我们做什么 15

揭开分数的奥秘 21

了解测验大家族 25

■ 第2章 漫话IQ：智商知多少 33

智力是什么 34

聪明还是迟钝 45

智商陷阱 55

专家论智商 61

■ 第3章 你来自哪颗星：了解你自己 73

- 测验你的特质：卡特尔的16种人格因素测试 77
- 看看你的人格维度：艾森克人格问卷 89
- 诺曼理论：人格是由五个因素构成的 92
- 你的心理健康吗：明尼苏达多相人格问卷 99
- 皇帝的新装：如何应对欺骗潜能 104

■ 第4章 投射技术：挖掘你的潜意识 115

- 墨迹证据：罗夏墨迹测验 120
- 看图说话：主题统觉测验 127
- 我画我心：心理画测验 131
- 理解投射技术 134

■ 第5章 三足鼎立：大师们的测验江湖 141

- 追梦人：弗洛伊德 142
- 预言家：凯利 155
- 第三种势力：罗杰斯 160

■ 第6章 你的兴趣在哪里：问卷回答你 169

- 斯特朗-坎贝尔职业兴趣问卷 172
- 库德职业兴趣调查表 176
- 霍兰德职业偏好量表 178
- 霍兰德自我指导问卷 185
- 特殊能力与职业选择 188



第1章

心灵的尺子： 心理测验

谁 不想了解别人呢？相信任何人都有了解别人的欲望——倒不是想知悉别人的内心隐私，而是想通过

这种了解为自己的行为决策提供帮助：你的父母在想着什么？你的恋人在想着什么？你的孩子在想着什么？你的朋友在想着什么？你的同事在想着什么？你的下属在想着什么？你的上司在想着什么？你要怎么做才能既让别人满意，也让自己满意？

每个人也都希望知道自己是是个什么样的人，自己的专长是什么，有哪些方面的潜力待挖掘——说到底，人类需要彻底了解自己，从而使自己的人生变得更加璀璨。

事实上，人们期盼着能对心理进行准确的测量，但是又对能否进行准确测量存在着许多疑问，而归根到底，人们最关心的问题就是：心理测试的结果到底准不准？它的判断依据是什么？要回答这些问题，首先让我们了解一下相关的背景知识。

心理测量与心理测验

本书将经常出现两个词“心理测量”与“心理测验”，这二者含义是相同的吗？如果不同，它们之间的关系或区别何在？事实上，这是两个含义有别、容易混淆，而又密切相关的概念。

人们对测量并不陌生。比如我们平时经常会借助尺子来测量身高，用秒表来测量运动员长短跑的成绩，用磅秤来测量

体重。这些测量，是对长度、时间、重量等物理现象进行的测量，这样的测量我们称之为物理测量；对人体的各种生理机能，如血脂、血糖、血压、血型、脉搏、肝功能、肺活量等的测量称为生理测量；人口普查以及调查研究个人的年龄、性别、职业、社会地位、信仰等属性被称为社会测量；而智力测量、人格测量、兴趣测量、能力测量等都是以研究个体为主旨，属于心理测量范畴。有很多人会提出疑问，心理能够测量吗？美国心理学家和教育家桑代克（Edward Thorndike，1874—1949）曾说过，任何现象，只要是存在的，总有一种数量；美国教育测验学家麦柯尔（W.A. MacCall）也说过，凡有数量的必能测量。这两句名言也成了心理测量的存在基础。心理现象存在差异是不可争辩的事实，这种差异意味着数量的存在，因而应该能够根据某种规则进行测量。

在心理学上，一般将心理测量定义为：依据一定的心理学理论，使用一定的操作程序来对人的能力、人格、心理现象、心理特征、兴趣、专长等进行的测量，并使用科学的手段对测量的结果进行一定的量化。它已经是心理学范畴的一门重要分支学科。

从广义上说，任何对人的心理所进行的研究都涉及对心理的测量。如心理物理法是对人的心理量与物理量关系的测量，观察法、调查法、访谈法等都是进行心理测量的方法。但我们更渴望一种标准化的工具，就像制作尺子测量长度一样，大家都可以按照相应的方法来利用这一工具。测量的工具也称为

量表。心理测量过程中，在被测者看来，他所接触到的仅仅是一系列需要通过思考来回答（回答形式包括语言、书面、动作等）的题目；而对于主持测量的人来说，还包括合适的测量对象、标准化的测量环境、计分方式、解释分数的方法，等等。心理测验就是符合这种要求的一种量表。我们日常见到的小测验比比皆是，正如我们在本书中所列举的一些趣味测验一样，从严格意义上来说，它们包含了更多娱乐成分，不是真正的心理测验。虽然心理测量不仅仅限于用心理测验进行，也可以使用其他方式来获得关于个体心理特征的数据，但我们在心理测量这门学科中所说的测量主要是指用心理测验进行的测量。

通俗地说，心理测验是以测题方式来完成心理测量的一种具体手段。观察法、访谈法、问卷法、实验法、心理物理法等虽然也是心理测量的常用方法，但心理测量作为一门学科，是以研究和编制心理测验的理论与实践为主。

在心理测量科学中，如果用专业术语来描述的话，心理测验最为流行，并且得到公认的定义来自美国心理测量学家安娜斯塔西（Anne Anastasi，1908—2001），她将心理测验定义为“对行为样本客观的和标准化的测量”。在这个定义中，规定了一个测验所具备的五个最重要的基本特征。

（1）行为样本。这个概念来源于统计学：我们研究某类事物（或称对象）的全部称为“总体”，组成总体的每个对象称为“个体”，而从“总体”中抽取的部分个体就组成“样本”。

几乎在所有的情况下，对总体的研究都是透过对样本的研究来进行的。心理测验在测量个体差异时，往往也只能对少数行为进行观察，从而推测被测验者的心理特征。例如，要想知道一个人的性格是内向还是外向的，可以通过询问对方在面临某种社会情境时他是怎么做的。比如，在见到陌生人时，是否会主动和对方交流？是否愿意表达自己内心的真实想法？我们就从这些问题的回答中对对方的性格做出一个大致判断。因为一个人的性格在生活的各种情境中都会有所表现，如果要完全透彻地理解一个人，当然是对生活中各个方面都有所了解才好。但是这样做显然不现实。所以我们常常选择那些最能够展现人们性格的情境，编制成问题，让人们做出回答，借此来推知他们的性格。为了做出可靠的推断，我们需要一整套有代表性的题目，这些题目提供给我们足够有用的信息，能充分反映被测者的性格特征。这样的一套有代表性的题目所引发的行为就称为行为样本。

（2）标准化。指测验的编制、施测、计分和对测验分数的解释必须保持一致。对所有被测者来说，进行测量的条件和环境必须都相同，得出的分数才有可比性。这一标准化过程并不是我们想象的那样简单。事实上，从编制测验开始，直到施测过程都存在着标准化的问题。首先，要有专门的测验编制者按照科学的程序来编制测验，这本身就已经是一个极其复杂的过程；其次，在测验实施过程中，要对所有被测者都使用相同的指导语和计分程序。也就是说，在测验实施过程中，对所有被

试的条件都要相同。这一步骤说起来容易但做起来却很难。比如指导语的控制，是否完全一致的话语就算是标准化呢？一般来说是这样的，但是有些时候却并非如此。比如说，一个母语不是英语和母语是英语的人同时进行测验，那么他们在指导语的理解上就可能会有差别，可能会引起不同的行为，带来不同的测量结果，我们这时就不应再局限于语句上的一致，而应该尽量让两人都真正理解让他们做什么，怎么做。这一问题也存在于对中国各地持有不同方言的被试进行测验的过程中。完全的平等是很难做到的，因此在实施中需要有经验的主试来努力地控制，从而尽量减少误差。我们与其追求表面词句的相同，不如追求指导语在功能上的一致。

作为一个测验的标准化内容，还有一个更重要的部分是制订“常模”。我们如何比较个体差异呢？需要有一个固定的点，就像尺子有一个零点（或原点）一样，一个长度有多长，是根据它相对原点的距离而言的，如果没有一个固定的原点，就不能够进行比较。现代心理和教育测量的知识已告诉我们，人类行为几乎没有绝对测度的事实。在个体差异的研究中，人们早已不再追求绝对测度了，而是以全体可能适测对象的平均数作为参照点，而将个体差异的标准差作为量表单位的基础。我们通过看一个人的测验分数在全体平均数之上或之下有多远来解释其测验分数，这个平均数也就是常模。换句话说，常模就是一个心理量表的原点，或者说是平均水平。就智力测验来说，如果他在平均数（常模）之上很远的位置，就说这个人很